



*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W1KG17346	<b>ImageGroup:</b>	I1KG17348
<b>LCCN:</b>	2003313731	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	ཤེས་རིག shes rig
<b>Author:</b>	n/a
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	dharamsala, h.p.
<b>Publisher:</b>	bod gzhung shes rig las khungs/
<b>Date:</b>	2002-2011
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	15
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



D29208

၇

# ရှုမိကတိ SHERIG

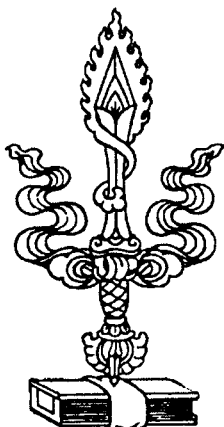


မြန်မာ့အလင်းစာပေတိုက်



འདོན་ཐེངས། དང་པོ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༣



མཁན་པོ་ལོ་ལོ་

Classical

Acc. No. 29208 (m-76)

# ཤེལ་རིག་ཀྱི།



བོད་གཞུང་དགའ་ཕྱན་མོ་བླ་མ་པ་ཆེན་པོ་དབུ་བརྒྱུས་ནས་ལོ་ ༡༦༠ འཁོར་བའི་དུས་དྲན་དུ་  
གསལ་འདོན་གྱིས།

བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་ཁྲུངས།



## ཐུགས་སྦྲང་།

- དུས་དེའི་འདི་འདྲི་དཔེགས་ཡུལ་ནི། བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་སྒྲིམ་སུ་སློབ་བྱ་ཁག་གི་དགེ་ཆན་ཆོའི་ཤེས་ཡོན་དང་རིག་གཞུང་གི་གནས་ཚད་གོང་དུ་སླེལ་རྒྱ་དེ་ཡིན།
- དུས་དེའི་འདི་འདྲི་འཛུང་མཐར་ཐེངས་རེ་གདོན་རྒྱ་ཡིན།
- དུས་དེའི་འདི་འདྲི་ནང་། ཤེས་ཡོན་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་། ཡ་རབས་བཟང་སྟོང་། སློབ་བྱའི་སློབ་ཆན་དང་། འབྲེལ་ཡོད་ཁག་སློབ་བྱེད་ཐབས་ལམ། ཆན་རིག་དང་ཨང་ཕྱིས། སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་སོགས་དེང་དུས་ཤེས་བྱ་ཁག་བཅས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་དགོད་རྒྱ་ཡིན།
- རྒྱ་ཆེའི་མ་ཁས་པ་ཁག་དང་། ཚུམ་པ་ལོ། དགེ་ཆན། རྒྱུག་པ་པོ་བཅས་ནས་གོང་གསལ་ནང་དོན་ཅན་གྱི་ཚུམ་ཡིག་དང་། ལེགས་སྤེལ་ཉེས་འགོག་གི་དགོངས་འཆར་གནང་བར་དགའ་བསུ།
- ཚུམ་ཡིག་གང་ཞིག་དུས་དེའི་ཐོག་བཀོད་རྒྱུ་ཡིགས་གཞིའི་ཚུམ་ཡོན་འོས་འཆམས་ཤིག་འདི་གའི་གཏན་འབེབས་གཞི་བཟུང་འབྲེལ་རྒྱ་ཡིན།
- ཚུམ་སྤྱིག་པ་འམ་ཚུམ་པ་པོའི་མིང་འཁོད་ཚུམ་ཡིག་རྣམས་ལ་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁྱོད་པ་ཡིན་པས་མ་ཁུབ།
- ཚུམ་ཡིག་གང་ཞིག་དུས་དེའི་ཐོག་འཁོད་མིན་གྱི་དབང་ཆ་ནི། དུས་དེའི་འདི་འདྲི་ཚུམ་སྤྱིག་པར་ཡོད།
- འདི་གར་བསྐྱར་འདྲིར་བྱུང་བའི་ཚུམ་ཡིག་རྣམས་དུས་དེའི་ཐོག་བཀོད་མིན་ལ་མ་ཁྱོས་པར། ཚུམ་ཡིག་ཕྱིར་སློག་བྱ་རྒྱ་མཚན། དོ་བདག་མི་མིས་མ་ཕྱི་ཉར་ཆགས་གནང་དགོས།

ཚུམ་སྤྱིག་པ། རྒྱུང་ཆེ་རིང་།

ལ་ཤོག་རྒྱས་འཁོད་པ། བར་སྒྲིང་བྲུ་ཤིས་ཕུན་ཚོགས།

ལ་ཤོག་རི་མོ། ཆོ་བདན།

བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས།

Editor: Chung Tsering

Cover Design: Tashi Phuntsok Barling

Cover Art: Tseten

Published by: Department of  
Education (C.T.A)

ཚུམ་ཡིག་གདོང་ཡུལ་གྱི་ཁ་བྱང་གསལ་གསལ།

Printed by : Vee Enn Prints, Okhla,  
New Delhi Ph.: 011-6831302

Editor of SHERIG Journal

Department of Education (C.T.A)

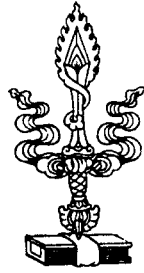
Gangchen Kyishong

Dharamsala- 176215(H.P) India

E-mail: education@gov.tibet.net

Fax: 01892 223481

ཤེལ་འཇིགས།



འདོན་ཐངས་དང་པོ།

### དཀར་ཆག

ལམ་སྟོན་དུང་དཀར་གཡས་འབྲིལ།

ཁྱེད་ཆོས་ཆོས་སྲིད་གང་ཅིར་ཚུལ་མཐུན་ཡ་རབས་ཀྱི་སྟོན་པ་བསྐྱངས་ཏེ་སློབ་ཕྲུག་ནམས་ལ་  
བཟང་པོའི་མིག་སྟོས་སྟེལ་ཐུབ་པ་ངེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས། (ལགོང་ས་མཆོག་གི་དཀར་སྟོན།) 1

རང་གི་རིག་གཞུང་བདམས་དགོས་པ་གནས་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ལ་ཡིན་ཡང་  
ཅོད་མེད་རེད། (ཆོས་ཤེས་དཀར་སྟོན་མཆོག་ལ་ཅོམ་སྒྲིག་པས་བཅར་འདྲི་ཞུས་ཡན།) 9

ཅོམ་ཐབས་པརྟེ་དྲི་བསུང་།

ཅོམ་པའི་ནམ་གཞག་བཤད་པ། ཨ་ལག་གང་ག་དང་བརྟན་དར། 15

འཆད་ཉན་གསེར་ཉའི་འབྲུག་འགྲོས།

སློབ་དཔོན་གྱི་འཆད་ཚུལ། འུ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུག། 25

གཞིན་ལྷ་དུག་གི་དོགས་པ་བརྗོད་པའི་འགྲེལ་ཆུང་དོན་བརྒྱས། ལྷ་མོ་སྦྱངས། 37

ནང་ཚོས་བསྐྱབ་གསུམ་འཁོར་ལོ།

སྒྲེས་བྲུག་སུམ་གྱི་སྒྲུབས་འགྲོ་དང་ལམ་གྱི་ངོ་སྟོན།      འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ།      51

བཟང་སྟོན་ཀྱན་དགའི་གདུགས་དཀར།

འུགས་ཀྱི་བརྟན་བཙོས་ལྷ་དང་དཔལ་འདྲེ་བའོན་པ།      འཇམ་པལ་འཇམ་དབང་སྐམ་ཁྱལ་ཁྱེ་མཚོ།      96

སྐྱ་ཚོགས་ཤེས་བྱའི་བུམ་བཟང་།

ཨང་ཀི་འབྲི་སྟོལ།      པར་ཁྱལ་མཚན།      109

བོད་ཅིས་རིག་པ་ངོ་སྟོན།      བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།      119

འཆར་སྒྲུང་ལྷག་བསམ་དཔལ་བེའུ།

ང་ཚོས་ཇི་ལྟར་བྲས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤང་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་དགོས་ཐད་ཀྱི་

སྟོབ་གསེའི་བསམ་གཞིགས།      རྗེ་དབང་ལྷག      129

ཁྱེད་ག་དང་ཁྱེད་གས་ཡིག་འབྲི་རྟངས།      རྒྱ་སངས་ཁྱེད་བརྟན་དར།      138

མཁས་གྲུབ་གསེར་གྱི་ཁྱལ་མཚན།

བྱ་རྩོན་རིན་ཆེན་གྲུབ།      159

འཇམ་པལ་འཇམ་དབང་སྐམ་ཁྱལ་ཁྱེ་མཚོ།      162

ཨ་ལག་ག་དག་དབང་བརྟན་དར།      163





རིམ་སྐོང་གིས་ཕུ་གུའི་ཤེས་ཚད་ཤིང་མཐོར་ཕྱིན་སྐབས་དགེ་ཆེན་གྱི་ཤེས་ཚད་མ་ཐེངས་པས་བོད་ཕུག་  
 རྣམས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་ཡར་ཐོན་ཡོང་མི་ཐུབ་སྐབས། སློབ་གཉེར་པའི་ཁོངས་ནས་ཁྱོད་ཚོ་བརྒྱ་བསྐྱོང་  
 བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། མ་ཟད་སྟོན་དུས་བོད་ལ་ཆབ་སྲིད་  
 སྐྱོང་ཕྱོགས་གང་ཅི་འཛམ་གླིང་གནས་ཚུལ་དང་སློམ་བརྒྱན་པར་བྱེད་པོར་བསྟན་རྒྱུན་དགེ་མཚན་ཡང་  
 བྱུང་ཡོད་མོད། ཁྱོད་གཞན་ཡང་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། གང་ཨར་ཁྱར་ཁྱོར་གྱི་ངང་དུ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩  
 བར་གནས་ཐུབ་པ་རེད། དེ་ནས་རྒྱ་མིས་ལུ་མ་ཐུད་དབང་ཤེད་བྱས་པར་བརྟེན་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་འཛིན་  
 སྐྱོང་བྱ་ཐབས་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་རེད།

ཕུག་པར་སྤྱི་ཕྱིང་བརྒྱ་གསུམ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་སྐོར་ལ་ལེགས་ཆའི་བཅོས་  
 སྤྱིར་མཐུན་རྒྱུ་འདུག་པས་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་ཕུག་ལེན་ལ་འཁེལ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་མ་རེད། ངོས་  
 རས་ཀྱང་ཞི་འཇམ་གྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཕྱོགས་སྐོར་ལ་བཅོས་སྤྱིར་བྱ་ཅིས་  
 ཀྱིས་ལེགས་བཅོས་ལྷན་ཁང་སོགས་བརྒྱ་གསུམ་ན་ཡང་རྒྱ་མིའི་དབང་འོག་དུ་ཆུད་རྒྱུན། དེའི་བྱས་ཤིང་ས་  
 མ་ཐོན་གོང་རྒྱུན་དཔེ་འདྲ་ཞིག་འཕྲད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་མ་འོངས་པའི་བོད་དེ་ལམ་སྟོན་ལྟོང་  
 པ་དེའི་ཐོག་འགྲོ་ཐབས་གཏན་ནས་མེད། མ་འོངས་པའི་བོད་དེ་ལེགས་ཉེས་ཤི་ཡོང་དུ་ཁྱའི་བོད་ཕུག་  
 རྣམས་ལ་རག་ལུས་ཡོད། ཕྱིན་ཆད་ང་ཚོའི་བོད་འདིར་དེད་དུས་འཛམ་གླིང་གི་ཆབ་སྲིད་སྐྱོང་སྐྱོང་ས་  
 ལེགས་ཆ་རྣམས་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལེགས་ཆའི་སྟེང་དུ་བསྒྲུབ་ནས་འཛམ་གླིང་དམངས་  
 གཙོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་གདན་གཤམ་དུ་སྟོན་ཐུབ་པ་ཞིག་ངོས་པར་དུ་བྱ་དགོས། འོན་ང་ཚོའི་ཆབ་  
 སྲིད་སྐྱོང་སྐྱོང་ས་འཛམ་གླིང་གི་ཆབ་སྲིད་སྐྱོང་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་གམ་ཞེ་ན། དེ་  
 ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཐབས་མེད། དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ན་བོད་ཕུག་རྣམས་ཆ་བགོས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་ནང་གི་སློབ་  
 གཤམ་ལ་བཏང་ན། ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་རྣམས་ལས་སླ་པོའི་ཐོག་ནས་ཉིན་གཅིག་ལ་སེལ་ཐུབ་ཀྱི་རེད།  
 ང་ཚོས་ལས་སླ་བ་དེ་དོར་ཏེ་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོའི་སློན་ནས་བོད་ཀྱི་སློབ་གྲུབ་དུ་བརྒྱ་གསུམ་པ་འདི་ལ་དགོས་

པ་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་རེད། དཔེར་ན། བོད་ཀྱི་སློབ་གྲྭ་གཅིག་ཀྱི་གར་ནང་འཇུག་ས་པ་ལ་ཡང་ས་  
ཁང་དང་། ཟས་གོས་སོགས་མཁོ་ཆས་གང་ཅི་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་ཆུ་སོགས་དཀའ་  
ངལ་ཆེན་པོ་དང་ལེན་ཀྱིས་དགོས་པ་འདི། འཇམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་ཁོ་ནས་མ་འོངས་པའི་བོད་ཀྱི་  
ཆབ་སྲིད་སློབ་ཐབས་མེད་པ་དེས་བྱས་པ་རེད། བོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དེ་ལུགས་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་  
སློབ་དགོས། དེའི་སྤྱིང་འཇམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་ལེགས་ཆ་ནམས་བསྟུས། རྩོན་གྱི་ལུགས་སྲོལ་  
ངན་པ་ནམས་དོར། ཆོས་སྲིད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་ནམས་བསྟུན་ཏེ་ཆབ་སྲིད་སློབ་དགོས། དེར་བརྟེན་བོད་  
ལུག་ནམས་ལ་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་སྲིད་འཛིན་སློབ་སྤེལ་གསུམ་གྱིས་བྱུང་པའི་ཆ་རྒྱུ་  
ལེགས་ཆ་ནམས་དང་། འཇམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་ནམས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱུང་ཏེ་སློབ་སློབ་སློབ་དགོས།  
ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སློབ་གྲྭ་ཁག་ནང་འཇམ་གླིང་སྤྱི་སྲོལ་ལྟར་སྲིད་ཀྱི་སློབ་སློབ་ཅུང་ལས། ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ཐུན་  
མོངས་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་སྲིད་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སློབ་སློབ་མེད་པ་རེད། འོན་ཆོས་ཁོ་ནས་མ་འོངས་བོད་  
ཀྱི་ཆབ་སྲིད་སློབ་ཀྱི་ཡིན་ནམ་ཞེས། དེའང་མིན། དེ་ཡིན་ན་ང་ཆོའི་སློབ་གྲྭ་ཟུར་འཇུག་ས་བུས་པའི་  
ནང་དེང་དུས་འཇམ་གླིང་གི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སློབ་ཀྱིས་དགོས་དོན་མེད།

མ་འོངས་པའི་བོད་དུ་རྒྱལ་བསྟན་སྐྱར་གསའི་དོན་གནད་གལ་ཆེར་དམིགས་ཏེ། བྱིད་ཆོ་  
འདིར་ཆེད་འགྲུགས་རེ་བཙོལ་བྱས་པ་ལྟར། གཙུག་པོ་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པའི་ཆེས་མཆོག་འབྱོར། བྱིད་ཆོས་  
ཀྱང་འབད་ཚོལ་ཆེན་པོ་བྱས་པར་བརྟེན། བྱིད་ཆོའི་ཆེན་མོ་འཇམ་ཆོས་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་པ་ཡར་  
རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་འདུག་པ་དེ་དག་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ལྷག་པར་ཀུན་ལྷན་(ཀྱང་ར་)གྲོང་གསེབ་འདི་འདྲ་  
ཞིག་གི་ནང་དུ་ང་ཆོའི་དགེ་ཆན་འོས་སློབ་སློབ་གྲྭ་ཚུགས་དགོས་པ་འདི་ལས་སྤྱི་ལོ་མིན། དེ་དག་གི་  
རྒྱ་མཚན་རྩོན་དུང་ཆོ་ངོ་འཕྲད་སྐབས་འཕྲོས་མོལ་བྱུང་ཡང་། དེ་མིང་ཡང་སྐར་ཕན་བུ་ཤོད་འདོད་  
བྱུང་བ་ལྟར་བཤད་ན་སློན་ཨེ་ཡོད་བསམ་གྱི་འདུག། ང་ཆོ་འདིར་དགེ་ཆན་འོས་སློབ་ཚུགས་དགོས་  
པ་འདིར་རྒྱ་མཚན་གལ་ཆེ་བ་གསུམ་ཡོད།

དང་པོ། ང་ཚོའི་བོད་ཕུག་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སྐད་པའི་ནང་ཆོས་སྤྱད་བྱང་འབྲེལ་གྱི་གནས་  
 ལུགས་བསྐྱེད་མེད་པ་བླགས་ནས་ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་སྐྱེ་བྱུང་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད། ཆོས་ལ་ངེས་  
 ཤེས་སྐྱེ་བྱུང་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། མི་གཞན་གྱིས་ལས་འབྲས་མེད་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་མཁས་པ་ཞིག་  
 བཤད་ན། དེ་ཡང་མིན་ནམ་སྙམ་སྟེ་མིའི་ཁ་རྒྱུ་སྤྱད་འབྲངས་ན་ང་ཚོའི་ལས་དོན་མ་གྲུབ་པ་རེད། ཆོས་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་ངེས་པ་སྐྱེ་བྱུང་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག དེའི་སྤྱིང་དེང་  
 སང་འཇམ་གླིང་གི་གནས་ཚུལ་ལེགས་ཆ་རྣམས་བསྟན་ཏེ་འཇམ་གླིང་དམངས་གཙོའི་མི་མང་རྣམས་  
 དང་གོམ་པ་མཉམ་སྦྲས་བྱུང་པའི་སློབ་སྦྱང་སྦྱོང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ཆོས་ཀྱང་འཇམ་གླིང་  
 གི་གནས་ཚུལ་འཕོ་འགྱུར་ལ་བརྟག་ཞིབ་བྱ་རྒྱུ་དང་། ཆབ་སྤྱད་སྟོར་ལ་དོ་སྣང་དང་སློབ་སྦྱང་བྱེད་  
 དགོས། ད་ལྟ་ཁྱེད་ཚོར་སྤྱད་དོན་སློབ་སྦྱང་གི་དུས་ཚོད་བྱུང་བྱུང་མེད་ཀྱང་། རང་དབང་ཆགས་ཤོག་  
 སོགས་ལ་དོ་སྣང་བྱས། ཁྱེད་རང་ཚོའི་ནང་ནས་དབྱིན་རི་ཤེས་མཁན་ཡོད་པ་ངེས་དབྱིན་རིའི་གསར་  
 ཤོག་གྲོག་ གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཉན་ནས་རིམ་བཞིན་དེ་ཚོའི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་སློབ་ཤིང་ཁྱེད་ཀྱི་ངེས་བྱུང་  
 པ་བྱེད་དགོས། དགེ་ཆེན་ཆོས་དེ་དག་ལ་ཉམས་སྦྱང་ཐོན་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་སློབ་ཕྱག་ཆོར་སློབ་གསོ་  
 སྦྱོང་སྤངས་མི་ཤེས་པའི་སྟོན་ཡོང་གི་རེད། སློབ་སྦྱང་སྦྱོང་ཚུལ་དེ་ཡང་གདོང་ནག་པོ་བསྟན་ན་ཡོང་  
 ཐབས་མེད་ཅིང་། འཇམ་མཁས་ཀྱིས་ཕུ་གུ་རྣམས་དང་མཉམ་འབྲེས་བྱས། ཕུ་གུ་དག་འཁོར་མགུ་  
 བའི་ཐབས་ཤེས་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སློབ་གསོ་གཏོང་བྱུང་པ་དགོས་ཀྱི་རེད། དགེ་ཆེན་མཐོང་དུས་  
 དགེ་ཕྱག་ཞེད་སྤང་སྐྱེ་བའི་རིགས་བྱུང་ན་ལས་དོན་འགྲུབ་ཐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། དཔེར་ན། བོད་  
 ལ་གྲ་སའི་ནང་དགེ་ཆེན་ཆ་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་དགེ་ཆེན་དེའི་མདུན་དུ་དགེ་ཕྱག་དེས་སྦྱོང་ལམ་ཚུལ་མཐུན་  
 བྱས་ཀྱང་། དགེ་ཆེན་རྒྱུ་ཕྱོགས་མ་ཐག་དགེ་ཕྱག་ཁོས་སྦྱོང་ངན་གཞུག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར་བྱུང་  
 ཆེ་དེས་ཕན་ཐོགས་གང་ཡང་འབྱུང་མི་བྱུང་། དགེ་ཆེན་དང་སློབ་ཕྱག་ཉག་ཏུ་འབྲལ་མེད་རྫོང་ཐབས་  
 མེད་པར་བརྟེན། དགེ་ཕྱག་དེས་དགེ་ཆེན་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་གུས་བརྟེན་ཡོད་ན། དེ་འབྲེལ་དགེ་

ཕུག་དེས་དགེ་ཆན་མཉམ་དུ་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་དགེ་ཆན་གྱིས་སྦྱང་བཅར་སྤྲད་པ་དེར་འགྱུར་  
ཚྭ་ག་ཡོང་གི་མ་རེད།

མ་འོངས་པའི་བོད་ཕུག་ནམས་ཀྱི་ལམ་ཕྱོགས་ཐད་ལོ་དྲུག་ཡན་ཆད་ཆང་མ་སྟོབ་གྱར་མ་  
ཕྱིན་པར་བསྐད་མི་ཆོག་པ་ང་ཆོའི་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་ཅ་ཁྲིམས་ཟེན་བྲིས་ནང་ལ་གཏན་འབེབས་ཟིན་  
པ་རེད། དེ་ནས་ལོ་ ༡༦ བར་སྟོབ་གྲ་འགྲིམས་ཏེ་སྤྱིར་བཏང་གཞི་རིམ་གྱི་ཤེས་ཡོན་རིག་གནས་  
སྐོར་དང་། ལུགས་བྱང་གི་སྐོར། འཛམ་གླིང་གི་ལུགས་སྟོལ། ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྐད་ཡིག་ རང་ཆོས་སློང་  
དོན་བཅས་སྟོབ་སྦྱང་བྱས། དེ་ནས་སོ་སོའི་འདོད་མོས་ལྟར་རབ་བྱུང་སོགས་བྱས་ཆོ། གྲ་སར་སྤྱིག་  
ཞུགས་བྱས་ཏེ་ལོ་བཅོ་ལྔ་ཙམ་གྱི་རིང་ཆོས་སྐོར་སྟོབ་སྦྱང་མཐར་ཕྱིན་པ་བྱས། འ་ནས་བོད་གཞུང་  
གི་སྲིད་སྟོན་ནམ། ཁྲིམས་དཔེ་ན་སོགས་རང་གི་ཤེས་ཆད་ལ་དཔག་པའི་ལས་ཤུང་མཐོ་དམའ་གང་  
དུའང་བསྟོད་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དེ་ལ་དགེ་མཆན་ཆེན་པོ་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་མི་ཆོས་སྲིད་  
གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་ཤེས་ཆད་ལྡང་ངེས་ཤིག་གིས་བོད་ཀྱི་སྲིད་སྟོན་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ན་མི་དམངས་རྣམས་  
དང་། གྲ་རིགས་ལ་ལྟ་སྦྱང་འཕུགས་མེད་ཤུབ་པའི་དགེ་མཆན་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་མིན་ཆོས་ཀྱི་  
གནད་དོན་ཅ་བ་ནས་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ལ་སྲིད་ཀྱི་དབང་ཆ་ཡོངས་རྫོགས་བྱུང་ན། ལུག་དེར་དག་བཅོམ་  
པ་བྱི་གཅིག་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུར་ཁྱུག་ཙམ་ཞིག་རེད།

རྒྱ་མཆན་གཉིས་པ། གྲ་པ་ཆོས་སྟོབ་ཕུག་བྱ་ཆོའི་དགེ་ཆན་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། བཙུན་  
མས་བྱ་མི་ཆོའི་དགེ་ཆན་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་དགེ་མཆན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རེད། གྲ་བཙུན་རྣམས་ལ་  
སྤྱིར་བཏང་བོད་མི་དྲག་ཞན་ཡོངས་ཀྱིས་དགེ་ཆན་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེས་མ་ཆད་  
སོ་སོའི་སྡོད་གནས་ཤིག་ཀྱང་འཛིན་ཐུབ་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན། སྟོབ་གྲ་རྣམས་དགོན་སྡེའི་རྣམ་པར་  
བརྒྱུར་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། དགོན་སྡེ་རྣམས་སྟོབ་གྲའི་རྣམ་པར་བརྒྱུར་ཏེ་སྤྱིང་པོར་ཆོའི་རྒྱལ་བ་རྣམ་  
འཛིན་སྦྱང་སྟེལ་པའི་ལམ་ཕྱོགས་བཅུན་པོ་ཞིག་བརྒྱུང་དགོས། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེང་སང་ང་ཆོས་

སེར་མོ་བཞིག་ལ་སྒྲིབ་གསོ་ཞུས་ན་མཁས་པོའི་ཐོག་ནས་དེ་དོན་ཞུས་འཇུག་ཞེས་བཤེད་པ་ཅམ་ལས།  
 དོན་སྤོང་ལག་སོན་ཅ་བ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། རྒྱ་བོ་ཞིག་ལ་སྒྲིབ་གསོ་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་  
 བཤེད་ན་དེ་དག་ཀུན་དང་མཐུན་པར་འཆོ་བ་ངལ་རྩོལ་ལ་བརྟེན་མཁན་དུ་བརྟུས་ནས་འཕྲལ་འཕྲལ་  
 དོན་སོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་གྲུ་པར་སྤང་སེམས་བྱས་པ་མ་རེད། དེང་སང་འཛམ་གླིང་སྤྱིའི་  
 ལུགས་སྒོལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ང་ཆོའི་གྲུ་རིགས་ནམས་སེམས་ཀྱི་ངལ་  
 རྩོལ་ལ་བརྟེན་པ་འདི་ཕྱི་རྒྱལ་ཆོས་ཤེས་མི་ཐུབ། དེས་ན་ཁྱེད་རང་ཆོས་ང་ཆོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 ལུགས་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་དང་། འཛམ་གླིང་དམངས་གཙོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལེགས་ཆ་  
 ནམས་ལ་དོ་སྤང་ཆེར་བསྐྱེད་བྱས་ཏེ་ཕྱིན་ཆད་སྒྲོལ་གྲུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འབྱོར་སྐབས་སྒྲིག་ང་ས་ནས་  
 ཐོངས་པ་མེད་པའི་འབྲེལ་བ་ཤད་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བྱ་དགོས། ལྷག་པར་དུ་ཕྱི་ནང་གི་  
 ཀུན་སྒྲོལ་ཀྱང་ཁོན་ཏུ་གལ་ཆེར་བརྟེན་དགོ་ཆུང་ཆུང་ཆོས་བག་ཡོད་ཚུལ་མཐུན་ངེས་པར་བྱེད་དགོས། མ་  
 འོངས་པར་བོད་མི་རིགས་ཡིན་ཕྱིན་སྒྲོལ་གྲུར་ཞུགས་མ་ཐོང་མཁན་ཅ་བ་ནས་མེད་པ་ཞིག་དང་། ཤེས་  
 ཡོན་གྱི་གནས་ཆད་ཀྱང་ཐ་ན་ལུག་རྩི་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ཆོས་ཀྱི་གནས་ཆད་གྲུ་སའི་ནང་གི་སྒྲོལ་གཉེར་  
 བ་སྒྱུར་བཏང་གི་ཤེས་ཆད་དང་མཉམ་པ་དགོས་ཀྱི་རེད། གྲུ་སའི་ནང་གི་སྒྲོལ་གཉེར་བ་ནམས་ནས་  
 ཀྱང་སོ་སོའི་ཤེས་ཆད་ལ་དཔག་པའི་སྒྲོལ་གྲུའི་དགོ་ཆུང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། མཐོ་རིམ་  
 སྒྲོལ་གྲུའི་སྒྲིག་སྒོལ་ཡང་རྩིན་གྱི་གྲུ་སའི་སྒོལ་ལྟར་ཆུ་ཆོས་ཞེས་པ་དང་། ཆོས་མཆམས་ཞེས་པ་སོགས་  
 ཀྱི་ཐ་སྙད་དེ་ཆོ་ཡོང་ཤེས་སྤངས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། རྩིན་མ་ནང་བཞིན་གྲུ་  
 པའི་འཆོ་བའི་མཐུན་ཉེན་རང་གིས་འཆོལ་དགོས་དོན་ཡོད་པ་མ་རེད། འཆོ་ཤོགས་ནམས་གཞུང་  
 ནས་སྒྱུར་གྱི་རེད། དེ་འདྲའི་མཐོ་རིམ་སྒྲོལ་གཉེར་བྱེད་ཡུན་དེའི་རིང་དུ་ས་ཆོད་གཏན་འབེབས་  
 ཀྱིས་སྒྲོལ་གཉེར་ཁེ་གཙང་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་རེད།

རྒྱ་མཚན་གསུམ་པ། དེང་སང་ང་ཆོར་དཀའ་ངལ་ཆེ་བོས་ནི་སྒྲོལ་གྲུའི་དགོ་ཆུང་གཏོང་

ཕྱོགས་སྐྱར་རེད། རྗེས་སུ་བོད་མི་ནང་ཁྲལ་དུ་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་འཐབ་ཚྭ་དྲན་དྲན་ཡོང་གི་  
རེད། དེ་འདྲའི་འཐབ་ཚྭ་དེ་མེམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཡོང་གི་རེད། དེ་ལྟར་ན་ཁྱོད་ཆོས་སློབ་སྤྱད་ནམས་  
ཀྱི་འགོ་འཁྲིད་བྱེད་སྤངས་ཡང་དག་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་འཐབ་ཚྭ་དེ་འདྲི་གཉེན་  
པོ་ལྟ་བུ་ངེས་པར་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག དེང་སང་ཡི་ཤུའི་ཆོས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཡི་ཤུའི་ཆོས་  
སྤེལ་ཆེད་ཁྲག་གྱིག་ཡོད་ཆད་དུ་ཕྱིན་ནས་སློབ་གྲ་དགོས་སར་སློབ་གྲ་བཅུགས། སྤྲོ་ཁང་དགོས་སར་  
སྤྲོ་ཁང་བཅུགས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་སྤེལ་བའི་ཐབས་ཤེས་མང་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་  
ཆོས་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདྲིའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་འདི་དག་འཆད་སྤེལ་  
བྱུང་པའི་གོ་སྐྱོག་བྱེད་དགོས། ཁྱོད་རང་ཆོས་འབད་ཚྭ་བྱས་ཏེ་ཡར་རྒྱས་གང་ལེགས་བྱུང་འདུག་  
པ་དེ་དག་ལ་བཀའ་འདྲི་ཆེ་བྱུ་ཡིན། སྤང་ཀྱང་ཁྱོད་ཆོས་སྤྱིང་སྤྱིང་སྤེལ་ཆེན་པོས་འབད་བཅོན་མི་སྤྱོད་  
པར་བྱེད་དགོས།

དེ་ནས་ང་ཆོས་ཆོས་བརྒྱད་འདྲ་མིན་དབར་ཕན་ཚུན་ཕྱོགས་ཞེན་བྱེད་པ་འདི་མིན་ཏུ་ཐབས་  
རྟགས་རེད། རང་རེའི་ཆོས་བརྒྱད་འདྲ་མིན་ནམས་ཡུལ་དང་། དུས་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་མིང་མི་འདྲ་  
བ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་ཁྲུངས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བྱག་པ་གཅིག་གྱུར་  
ལས་ཁྱུད་པར་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། འག་འཁྱིག་གིས་རྫོངས་ཞེན་བྱས་ཏེ་ཁྱ་མ་འག་འཁྱིག་གིས་  
གསུངས་སྤངས་ཕན་བུ་འགྲིགས་མིན་ལ་བརྟན་དེ་སྤྱིང་མའི་ཆོས་ལ་སྦྱོན་ཡོད་ལུགས་ཟེར་མཁན་དེ་  
རིགས་ཁོ་རང་གི་ཁོག་པ་རུལ་ནས་བསྐད་ཡོད་པའི་རྟགས་རེད། དེ་འདྲའི་མི་ཁོག་རུལ་དེའི་རིགས་  
ཀྱིས་ཕན་ཐོགས་མེད། འཕན་པོའི་ཡུལ་དུ་གྲ་པ་ཞིག་གིས། དང་སྟོང་མཐུ་ཡིས་བདེན་ཆོག་འབྲུབ་  
གྱུར་ཅིག ཅེས་པའི་དོན་གྲངས་ཀ་སོང་ན་བདེན་ཆོག་འབྲུབ་ཀྱི་རེད་ཅེས་དང་། ཡང་ཕག་རི་ཁྲལ་  
དུ་གྲ་པ་ཞིག་གིས། བཞི་པ་རུང་འཇུག་དོན་ལ་ངོ་སྤྲད་ནས། ཞེས་པ་ག་མིན་པོའི་བདུན་ཆོགས་བཞི་  
པར་མཆོད་འབུལ་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་དགོས་ཚུལ་བཤད་འདུག དེ་དག་ཇོད་མཁན་དགེ་ལུགས་པའི་གྲ་

པ་རེད། དེ་འདྲ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་དགེ་ལུགས་པའི་བརྟན་པར་སྦྱོན་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་  
རྗོད་མཁན་ཁོ་རང་ནོར་འབྲུལ་གྱིས་ཁོག་པ་རུལ་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། གྲུབ་མཐའི་ཞེན་ཁོག་འཐེན་  
འབྲེལ་མི་བྱེད་པར། བརྟན་པ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་དག་སྤང་སྦྱོང་དགོས་པ་འདི་གིན་ཏུ་གལ་ཆེན་  
པོ་ཡིན་པས་བྱེད་ཆོས་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས། མདོར་ན་བྱེད་ཆོས་ཆོས་སྲིད་གང་ཅིར་ཚུལ་མཐུན་  
ཡ་རབས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་བསྐྱངས་དེ་སྦྱོབ་སྤྱུག་ནམས་ལ་བཟང་པོའི་མིག་ལྡོག་སྤེལ་བྱུབ་པ་ངེས་པར་དུ་བྱེད་  
དགོས། ཞེས་བཀའ་ལྩུགས། ॥

ཙོམ་སྒྲིག་པའི་མཆན།

❶ ཀླུ་ཀླུ་(ཀླུ་ར་) འདི་ནི་རྒྱ་གར་གི་མ་ཙུ་མངའ་སྡེའི་ཁོངས་ཀླུ་ར་རྗོད་ཡིན་ཞིང་། ཡགོང་ས་མཆོག་གི་  
བཞུགས་སྐར་དང་། བཅན་བྱུལ་བོད་གཞུང་གི་བསྐྱོད་གནས་རྣམ་གྲུ་ཡུང་རྗོད་འདིའི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན། མཁས་དབང་དགེ་འདུན་  
ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཛད་པའི་རྒྱ་གར་གནས་ཆེན་ཁག་ལ་བསྟོད་པའི་ལམ་ཡིག་བཞུགས་སེ་ཞེས་པའི་ནང་། “ཨ་མ་འབར་སར་ནས་  
པ་ཐུན་གོ་ཁི་དང་། དེ་ནས་ཁི་ཏ་བར་རེལ་ལེ་ལ་འགྲོ། རྒྱ་རོ་ཏར་མ་སྒྲེབས་པའི་བྱ་ཟན་གཉིས་ཀྱི་གོང་དུ་ཀླུ་ར་བྱ་བར་སྒྲེབས།  
ཆུའི་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་ངོས་སུ་གྲོང་ཁྱེར་ཀླུ་ར་ཡོད། དེ་ནི་གནས་ཆེན་ཉེར་བཞིའི་ནང་གི་ལྷ་བ་ཕྱོགས་རྩ་ལན་རྣམས་བྱ་བའི་གྲགས་ཆེན་  
དེ་ཡིན་ཞིང་། རྗོད་ཆང་བཅའ་གནས་པོ་དེ་རྗེ་དང་། དེའི་སྒྲོབ་མ་ཨོ་རྒྱན་པ་དང་། རྟག་ཆང་རས་པ། རང་རིག་རས་པ་སོགས་སྤར་  
ཕྱོགས་འདིར་བྱོན་པ་སོ་སོའི་རྣམ་ཐར་དུ་གསལ། རྟག་པར་རྗོད་ཆང་པ་དེ་འདིར་ཨོ་ཕྱེད་ཙོམ་བཞུགས་གིང་གནས་བཤད་ཞིབ་ཏུ་  
གསུངས་པས་ཐེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོད་པ་ཡོད། མཛལ་ས་གཙོ་བོ་ཀླུ་ར་མཚན་དེར་ནང་དུ་མགོ་ལྷ་བུའི་ཡིང་དེ་ཡིན། ཀླུ་ར་ར་མ་  
སྒྲེབས་གོང་དུ་རྩ་ལ་ལྷ་ཁི་བྱ་བར་སྒྲེབས། དེར་ས་ལ་མེ་འབར་མཛལ་རྒྱ་ཡོད།”ཅེས་སོགས་གསུངས་སོ།

❷ རྩ་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བརྟན་འཛིན་ཡར་རྒྱས། (༡༩༩༥~༡༩༩༦)

(བཀའ་སྒྲོབ་འདིའི་མཆན་བྱང་ཙོམ་སྒྲིག་པས་བཀོད་པ་ཡིན།)





རང་གི་རིག་གཞུང་བདམས་དགོས་པ་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ལ་  
ཡིན་ཡང་ཚུད་མེད་རེད།

དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཤེས་བཀའ་སློན་ཐུབ་བསྟན་ཡུང་རིགས་མཆོག་ལ་བཅར་འདྲི་ཞུས་པ།

དྲི་བ། ཐོག་མར་དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཤེས་བཀའ་སློན་མཆོག་ལ་མཆོམས་འདྲི་བྱ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་  
སྐྱོང་མཆོག་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བཅུས་ཤིག་གསུང་གནང་ཡོང་བ་ཞུ་བྱུ་ཡིན།

ལན། ང་རང་སྐྱེས་བོད་ལ་སྐྱེས་པ་རེད། ༡༩༥༩ ལོར་བོད་ཀྱི་འོག་གོར་དུས་པ་ལགས་  
ཀྱིས་རྒྱབ་ལ་འབྲུར་ནས་བཅན་བྱོལ་ལ་སླེབས། ༡༩༦༡ ལོར་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་  
ཐུགས་རྗེས་ཁལ་དོར་གཏན་སློབ་དུ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་ཐོབ། ༡༩༧༣ ལོར་ཤ་ར་  
བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་དུ་འཇུག་ནས་ ༡༩༩༡ ཟླ་ ༥ པར་སློབ་གྲུ་ཐོན། ལོ་དེ་  
གའི་ནང་རྒྱ་སྐད་བོད་ཀྱི་སློབ་གྲུའི་ཡིག་ཆ་དང་ནང་དང་། དགོ་ཆེན་གྱི་ལས་ཁུར་ཞུས་  
པ་ཡིན།

༡༩༩༥ ལོར་ཡང་བསྐྱར་སྤྱ་ར་ཆོས་མཐོའི་གཙུག་ལག་སློབ་ཁང་དུ་བོད་གཞུང་  
ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སློབ་ཡོན་འོག་དགོ་ཆེན་འོས་སྦྱོང་བྱས་རྗེས། ཤེས་རིག་གི་

བཀའ་འབྲེལ་ཏཱ་ལྷ་ས་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲྭར་བཅར་ནས་འཛིན་གྱི་ ༡༠ དང་ ༡༣  
 གྱི་བོད་ཡིག་དག་གན་བྱས་པ་ཡིན།

༡༩༧༩ ལོར་སུང་བོད་ཁྱིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་སྦྱོར་བཏང་གནང་སོང་། ༡༩༧༩  
 ལོར་སྦྱི་འབྲུས་སྐབས་ ༡༣ པའི་ནང་ཐད་བསྐྱོད་དང་། སྦྱི་འབྲུས་ནམ་པས་ཆོགས་གཞིན་  
 དུ་འདེམས་པ་གནང་བྱུང་། སྦྱི་འབྲུས་སྐབས་ ༡༩ པར་མང་ཆོགས་ནས་འོས་བསྐྱུས་  
 འདེམས་ཐོན་དང་། གྲོས་ཆོགས་འབྲུས་མི་ནམ་པས་ཆོགས་གཙོར་འདེམས་པ་གནང་བྱུང་།  
 སྐབས་ ༡༩ པའི་གྲོས་ཆོགས་ཆོགས་དུས་གཉིས་པར་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་མཆོག་  
 གིས་གྲོས་ཆོགས་སུ་བཀའ་སློན་གྱི་མི་འབྲེལ་ཁོངས་བཏང་གནང་བར་། གྲོས་ཆོགས་ནས་  
 སྦྱི་མོས་བརྒྱད་ལ་གོང་ས་མཆོག་གིས་བསྐྱོད་གཞག་སྦྱུང་བྱུང་། ལས་ཁུར་དང་གསང་བྱའི་  
 དམ་འབུལ་རྩིས་དཔལ་ལྷན་བཀའ་སློན་ཁྲི་པ་མཆོག་གིས་འཆར་བཀོད་སྟན་སེང་བྱས་སྦྱུང་  
 བཞིན། ད་ལྟོ་ཆོས་ཤེས་བཀའ་སློན་གྱི་ལས་ཁུར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་བཅས་ལོ་རྒྱུས་སྟོང་  
 བསྐྱུས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལ། ལྷོ་མཆོག་དེ་རྩོན་སློབ་གྲྭའི་དག་གན་གནང་བ་དང་། དེ་ནས་གྲོས་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་གཞིན་  
 དང་ཆོགས་གཙོར་གནང་བ། ད་ལྟོ་བཀའ་སློན་གནང་བ་བཅས་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་བཅན་བྱོལ་བོད་  
 མིའི་ཤེས་ཡོན་གནས་སྟངས་སྟོར་ལ་གཟེགས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གང་དང་གང་བྱུང་ངམ།  
 ལན། བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་ཁྲིད་དུ་འབྲེལ་ཤིང་གིས་ཅམ་གྱི་གནས་སྟངས་རྩོན་མ་ལས་ཆེས་གནས་  
 སྟངས་བཟང་བ་ཡོད། དེ་བཞིན་སྦྱིར་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་བརྒྱད་ལམ་ཁག་སྟེ་མང་ཞིག་  
 ཡོད་པས། སྤར་མཐོང་ཐོས་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་དང་སང་གིས་ཉོགས་བྱུང་པ་  
 བྱུང་ཡོད། དེ་ཅམ་ཞིག་ཤེས་ཡོན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་བཞག་ན། དེང་སང་ཁག་ཅིག་གིས་

ཤེས་ཡིན་གནས་ཆད་ཞན་དུ་སོང་མེད་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བཟོ་འདྲ་ཡོད།  
ཡིན་ན་ཡང་། བོད་པའི་སློབ་གྲ་བཙུགས་པ་གནང་ནས་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་འགྲོ་གི་ཡོད་  
ཀྱང་། ད་དུང་ང་ཚོར་དངོས་གནས་ཀྱི་ཆད་དང་ལྡན་པའི་དགོ་ཞན་ལག་མ་ཐོགས་པ་དང་།  
མྱེང་ངེས་ཤིག་ད་དུང་ཡིན་ཡང་རག་གི་མེད། ལྷག་པར་དུ་འཛིན་གྲ་བཙུག་ཉིས་ཐོན་པ་ཞིག་  
གིས་འཛིན་གྲ་ལྔ་པ་ཙམ་ལ་སློབ་ཆེན་གང་ཡང་བསྐྱབས་སྐྱབ་ངེས་ཤིག་དགོས་ཀྱང་། རང་  
ཀྱི་འཕེར་མེ་འཕེར་གྱི་གནས་སྤངས་དང་། ཇ་དྲག་པ་ཞིག་ལ་རང་གི་ཡི་གེ་དང་། རྒྱད་  
ལའང་མགོ་མེ་ཐོན་པའི་གནས་སྤངས་ང་ཚོའི་མདུན་དུ་ཡོད་བཅུད་པའི་སྐབས་ལ་མིའི་རྒྱུད་  
ལ་ནམ་འབྲེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་ཤེས་ཡིན་གནས་སྤངས་ཐད་གང་འདྲ་  
ཡིན་པ་ཟུར་བརྟུས་ལེབ་མཐོང་ལྟ་བུ་རེད། བྱས་ཅང་ངས་ཇ་དྲག་པ་ཞིག་མཐོང་གི་ཡོད།

དྲི་བ། ལྷོ་ངོ་མཆོག་གི་དགོངས་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ན། ད་ལྟའི་བཅུན་ཕྱོལ་བོད་མིའི་ཤེས་ཡིན་  
གྱི་ཐད་ལ་དཀའ་ངལ་ཆེ་གོས་དེ་གང་དང་གང་རེད་དགོངས་ཀྱི་འདུག་གམ།  
ལན། ད་ལྟའི་ཆར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དོ་སྣང་ཞན་པ། བ་མའི་ངོས་ནས་དོ་སྣང་ཞན་པ། བྱ་  
གྲར་སློབ་གསོས་མ་ལྡེང་བ་དང་སློབ་གསོ་ལོག་པ། དཔལ་འབྱོར་བཟང་ཐལ། ཤེས་  
ཡིན་དང་དཔལ་འབྱོར་གཉིས་ལས་དཔལ་འབྱོར་ལ་བརྩེ་མཐོང་ཆེ་བ། དམིགས་ལུལ་  
ངེས་ཅན་མེད་པ་བཅས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་། ལྷོ་མཆོག་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་ཡིན་  
ལ་དོ་སྣང་ཞན་པ་དང་། དེས་གནས་ཆད་ཞན་དུ་འགྲོ་བ་བཅས་འབྱུང་གི་ཡོད།

དྲི་བ། དཀའ་ངལ་དེ་དག་སེལ་བར་ང་ཚོས་སྤྱི་གས་གང་དང་གང་ལ་དམིགས་བསལ་དོ་སྣང་  
གིས་ལྷན་ཁྱེད་ཀྱི་ཤེས་ཡིན་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་བྱས་ན།

ལན། གོང་དུ་ཁྱས་པའི་ཞན་ཆ་དེ་དག་ལ་འགྱུར་བ་འགོ་བྱུང་པ་ཞིག་དགོས་པ་མ་གཏོགས། དཀར་  
ངལ་འདི་སེལ་བྱུང་ཐུག་ཅུ་ཁག་ཙམ་མཐོང་གི་ཡོད།

དྲི་བ། སྤྱི་ཚུལ་གྱི་གཞིགས་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ན། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་དགེ་ཆེན་གྱི་ཤེས་ཚད་དེ། སློབ་  
རིམ་སེ་སེའི་དགོས་མཁོ་དངོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་འདུག་དགོངས་ཀྱི་འདུག་གམ།

ལན། འདི་ལ་སྒྲ་ཆོག་ཤིག་རེད། དགོས་མཁོ་དངོས་དང་མཐུན་མ་མཐུན་གཉིས་ཀ་ཡོང་གི་  
ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་གལ་ཆེ་ཤོས་མིའི་སྤྱི་ཀ་རེད། སྤྱི་ཀ་ལ་སྟོན་ཆ་ཡོང་སྟོན་གྱི་  
འདུག དེ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་རེད།

དྲི་བ། ཉེ་སྟོན་ནས་བཀའ་ཤག་གིས་གཞུང་ཞབས་ལས་ཤིང་ནམས་ཀྱི་ཁོངས་ནས་སློབ་འགལ་  
དང་། ལས་དོན་མ་སྒྲུབ་མཁུན་ནམས་ཚར་གཅོད་དང་། སློབ་མཐུན་དང་བྱས་པ་ཅན་  
ནམས་མེས་འཛིན་གྱི་བྱ་ཐབས་ཤིག་དོན་ཅན་པོས་བྱས་པ་ལྟར་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་དེས་ཕན་  
ཀྱས་ཆེན་པོ་ཐོན་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། འབྱུང་འགྱུར་སློབ་གྲྭའི་དགེ་ཆེན་ལས་ཤིང་ཆོར་ཡང་  
དེ་བཞིན་གནང་བྱའི་དགོས་གཤམ་གཞིགས་ཀྱི་འདུག་གམ།

ལན། རེས་པར་དུ་མཐོང་གི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཕྱོགས་འགའ་ཞིག་ལ་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་  
ཀྱི་དབང་ཆ་དེ་གིས་མ་བྱུང་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་བསྟན་གྱི་རེད། དེ་ལ་འབོད་སྐུལ་ཁུ་བསྟན་པ་  
མ་གཏོགས་ཐབས་ཤེས་མེད་པ་ཡང་ཡོང་གི་ཡོད། དེང་དུས་མིའི་སྤྱི་ཀ་དེ་ཆེས་གལ་ཆེན་  
པོ་ཆགས་ཀྱི་འདུག དེ་འདྲའི་ཆ་ནས་ངས་གོང་དུ་ཁྱས་པའི་སྤྱི་ཀ་ཞན་པའི་རིགས་ཁ་ཤས་  
ཀྱི་ཐོག་ནས་ཆོད་ཅིས་དང་། འཁྱར་མི་ལེན་པ་ཡོང་གི་འདུག འདི་ལ་སློབ་གསོ་འདྲ་བྱས་  
ན་མ་གཏོགས་ཐབས་ཤེས་མེད་འདུག །

དྲི་བ། ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་སུ། ང་ཚོའི་མདུན་ལ་རང་གི་ཕ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིག་གཞུང་དང་།  
དེ་དང་དུས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་རིག་གཞུང་བཅས་རིག་གཞུང་གཉིས་གཏོང་བྱུག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་  
བརྟེན་ང་ཚོས་རིག་གཞུང་གི་གཏོང་བྱུག་གི་ཁྲོད་ནས་བདམས་བསྐྱེས་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ན་འགས་  
པ་ཡོད་དམ།

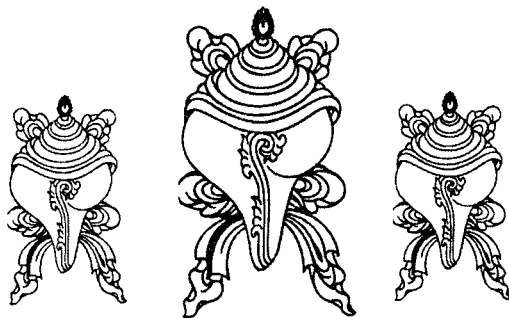
ལན། རང་གི་རིག་གཞུང་བདམས་དགོས་པ་གནས་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ལ་ཡིན་ཡང་  
ཚོད་མེད་རེད། ཕྱི་རིག་གཞུང་ནས་དཔེ་ལེན་འོས་པ་ཡོད་ན་དེས་པར་དུ་ལེན་དགོས་ཀྱི་  
རེད་མ་གཏོགས་ཅུ་བ་བོར་ནས་ཡལ་གར་འཇུས་པ་ཡིན་ན། མ་འགྲིགས་པ་རེད། མེས་  
པོ་དམ་པ་གླིང་སྤྱི་སྡེ། སློང་དང་སྤུ་ཁྱེད་ཕྱེ་སྤྱི་རྒྱུ་ཡོང་འཇུག་དགོས། ཡིན་ཡང་ཕྱི་  
རྒྱུ་གིས་ཁང་པའི་ཐོག་འཁྲུང་འཇུག་བྱ་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཚོ་ལ་བྱོ་བ་ཆེན་པོ་ཞི་  
བྲག་ཡོད།

ང་རང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དེང་སང་ཕྱི་རིག་གཞུང་སྐད་ཡིག་ལ་དོ་སྣང་སྤྱོད་བྱས་  
ཏེ། རང་གི་རིག་གཞུང་དང་སྐད་ཡིག་མི་ཤེས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོང་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད། དེ་  
ཚོ་རང་བོད་པ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་དེ་བརྒྱུག་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། ཐབས་སྒྲིལ་རེད།

དྲི་བ། ལྷོ་ངོ་མཆོག་གིས་དུས་དེབ་འདི་བརྒྱུད་བོད་ཀྱི་ཆེད་མི་མང་དང་། ལྷག་པར་དགེ་ལས་སློབ་  
ཕྱག་ཚོར་དམིགས་བསམ་ལ་འབོད་སྐུལ་གནང་དགོས་པ་གང་ཡོད་དམ།

ལན། འབོད་སྐུལ་མང་པོ་ཞུས་སྟོན་གྱི་ཡོད་རེད། བྱལ་འབྲས་ཞི་བྲག་ཐོན་གྱི་མི་འདུག་ མི་  
ཆང་མ་ཙུབ་ཕྱོགས་པ་དང་། དེང་རབས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་ལ་དགའ་ཞེན་གྲགས་ཆེ་རུ་སོང་ནས་  
ང་ཚོའི་གངས་ཀྱི་འབོད་སྐུལ་དེ་དུས་ཚོད་ཡོལ་བསྐྱད་པའི་ས་བཅད་དུ་བརྩི་གི་འདུག་ ཡིན་

ན་ཡང་ཨུ་ཚུགས་རྒྱག་གི་ཡོད། གང་ལྟར་ཡགོང་ས་ཡུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་  
 བཀའ་སློབ་སྡེ་རྩེས་སུ་ཤེས་ཡོན་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་། མི་རིགས་བཅས་པའི་ཐོག་  
 དུས་གསུམ་གསལ་གཟེགས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་མི་ཉུང་བཞིག་གནང་ཡོད་པེད། དེ་ཆོ་ལ་ང་  
 ཆོས་སློབ་སྦྱོང་བྱས། ཉམས་སུ་གླངས་བྱས་ན། དེ་གས་མ་འབྲས་པ་ཅ་བནས་མེད། དེའི་  
 འོག་ལ་ཟུར་དུ་འབོད་སྐུལ་དགོས་རྒྱུ་མར་ལ་ཞག་གི་ལྟན་པ་པེད། ཡིན་ཡང་སྐབས་བབས་  
 ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཆགས་པ་དང་། ཅོམ་སྒྲིག་པས་དྲི་བ་གནང་བར་སོང་ཙང་། གོང་དུ་ལན་  
 བྱས་པའི་དོན་དག་དེ་སོ་སོས་དུས་རྒྱུན་མཐོང་བ་དང་། སློ་འཆབ་ཡོང་བ་སྤྱད་པ་དེ་ཆོ་གཞི་  
 ལ་བཞག་སྟེ་ལན་བྱས་པ་ག་ལྟག་ཡིན་པས། དེ་ལ་དོ་སྣང་དང་། དྲི་བ་བྱས་ནས་སོ་སོར་  
 བྱ་དག་དང་འགྱུར་བ་དགོས་རིགས་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་པ་ཞིག་གནང་རོགས་ཞེས་འབོད་  
 གྱུ་བྱ་རྒྱ་ཡིན། ॥



## ཚུམ་པའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།

ཨ་ལག་ཤངག་དབང་བརྟན་དར།

ཚུམ་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་གསུམ་སྟེ། ཚུམ་པ་པོའི་ཡོན་ཏན་དང་། བརྟན་བྱ་བརྟན་བཅོས་  
ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། བརྟན་བཅོས་ཇི་ལྟར་ཚུམ་པའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ལ། བརྟན་བཅོས་ཚུམ་པ་པོའི་ཡོན་ཏན་གང་དང་ཐུན་དགོས་ཤིན། དེ་ཡང་སྐྱེ་  
ཤེས་ན་དོན་ལ་མི་ཚོངས། མངོན་བརྗོད་ཤེས་ན་མིང་ལ་མི་ཚོངས། སྟན་ངག་ཤེས་ན་ཆོག་གི་རྒྱ་  
ལ་མི་ཚོངས། རྟེན་སྦྱར་ཤེས་ན་ཆོག་གས་བཅད་ལ་མི་ཚོངས། རྟོགས་གར་ཤེས་ན་སྐད་རིགས་ལ་མི་  
ཚོངས་ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར། སྐྱ་དང་རྟེན་སྦྱར་གཉིས་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་ཚུམ་པ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་  
ཞིང་། སྟན་ངག་དང་མངོན་བརྗོད་གཉིས་པོད་སྐད་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་ཚུམ་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་མིན་  
ཡང་བྱུང་ན་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་ལ། རྒྱ་པོད་ཏྲུ་མོགས་གང་དུ་གང་གི་སྐད་དུ་བརྟན་  
བཅོས་གང་ཚུམ་པ་ལ་དེ་དང་དེའི་སྐད་རིགས་དང་ཡིག་རིགས་མཐར་ཕྱིན་པར་ཤེས་པ་མེད་དུ་མི་རུང་  
བ་དང་། ཁྱད་པར་པོད་སྐད་ལ་བདུན་གསར་རྟོག་དང་ཉུགས་ཀྱི་འདུག་པའི་རྣམ་གཞག་དང་སྒྲིག་ཐོགས་  
པའི་ལས་ལའང་རུང་ཟད་རྫོགས་ཐོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ཐུན་པ་གཞིར་བཅས་ཀྱི་སྟེང་དུ་གང་བརྟན་  
རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་ལ་མཁུས་པ་དང་། ལྟའི་གནང་བ་ཐོབ་པ་དང་། རྣམ་པར་བརྟན་པའི་མན་ངག་  
དང་ཐུན་པ་གང་རུང་ངམ། ཡང་ན། རིན་ཆེན་གསུམ་གྱི་གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ་' ལས།

རིགས་ལམ་ཕྱོགས་འབྲེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་དང་། །

གཞུང་ལུགས་གདམས་པར་གར་བའི་ཉམས་ལེན་དང་། །

ཆོག་སྒྲིང་རྒྱལ་ལ་མཁའ་པའི་ངག་གི་དཔལ། །

ས་སྤེང་འདི་ན་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་སྤང་། །ཞེས་པ་ལྟར་གྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ་

པོ་གང་རུང་གིས་རུང་ཙམ་ཡིན་ཡང་ཀུན་སྒྲིང་མ་དག་ན་གཞན་ཕན་ཁྱེད་བས་བསམ་པ་བཟང་བ་གལ་  
 ཆེ་སྟེ། རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱབ་པ་ལས། བརྟན་བཙུགས་ཚུལ་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིང་བྱུག་དང་།  
 ཚུལ་པ་པོ་ཡོན་ཏན་བཞི་ལྟན་དགོས་པར་བཤད་པ་བཞིན་དུ། ཆོས་ཀྱི་དོན་ཀུན་ཏུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་  
 རོ་སྟམ་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཁམས་དང་མིས་པ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཕྱིར་ཁ་ཅིག་གི་དོན་དུ་འགྱུར་  
 རོ་སྟམ་པ་དང་། དོན་རྣམ་པར་དབྱེ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་པ་དང་། དོན་འཁོར་བ་རྣམས་བསྐྱབ་  
 བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་པ་དང་། དོན་ཟབ་མོ་རྣམས་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་པ་དང་། ཆོག་  
 འབྲུ་མཛེས་པས་མཛེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་སྟམ་པ་འཕམ། བདག་དང་འབྲུ་བའམ་བདག་པས་ཡོན་  
 ཏན་རྒྱུང་བ་དག་གིས་ཀྱང་བརྟན་བཙུགས་བཙུགས་རུང་ན་བདག་གིས་ཅིའི་ཕྱིར་ཚུལ་མི་རྣམས་སྟམ་པ་ལྟ་  
 བྱང་རྒྱལ་མེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དོན་གང་ལ་མོངས་པ་དེ་བསལ་བར་འདོད་པའི་སྤྱིང་  
 རྩེ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་གིས་པར་འདོད་པའི་བྱམས་པ་དང་། བདག་ལ་  
 གཞན་དག་གིས་མཁའ་པ་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་དུ་བདག་ཉིད་མི་སྒྲོག་པ་སྟེ་བཞི་པོ་  
 དེ་དག་གལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར། མདོར་ན་ང་རྒྱལ་མེད་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྒྱལ་བསལ་བསལ་བར་འདོད་  
 པའི་སྤྱིང་རྩེ་དང་། གཞན་ལ་ཕན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་། རང་གཞན་གྱི་དགེ་ཙམ་བསྐྱེད་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་དུ་བརྟན་བཙུགས་བཙུགས་མོ། །

གཉིས་པ་བཙུགས་ཕྱིར་བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ། དེད་ལས་ཀྱི་སྒྲིན་སྟེ། རྒྱུ་ཆེན་སྤྱད་པ་  
 མདོ་རྩི་རྒྱུ་ན་དང་། ཟབ་མོ་འབྲེད་པ་མདོར་ཉོགས་རྒྱུ་ན་དང་། འབྲུགས་པ་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་



བདུས་ཀྱི་ལྷ་བྱ་གསུམ་དང་། བཅོམ་བྱའི་སྒྲིལ་ནས་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིལ་པ་གཉིས་དང་། བཤད་བྱའི་  
སྒྲིལ་ས་བཀའ་སྤྱིའི་དགོངས་འགྲེལ་དང་། སོ་སོའི་དགོངས་འགྲེལ་གཉིས། དང་པོ་ལ་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པ་དང་། ཐུན་མོང་བ་གཉིས། འདི་ལ་ཡང་ལོག་ཏེ་གཙོ་ཆར་གཅོད་པ་དང་། གཞན་རྗེས་སུ་  
འཛིན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྗེའི་བྱེད་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། བཅོམ་བྱ་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། གཙོ་བོ་སྤྱིའི་བརྟན་བཅོས་ཏེ། རང་བཞིན་རྒྱུན་རྒྱལ་འགྱུར་གསུམ་ཀྱི་བཅོམ་  
བྱར་བྱས་ནས་རྟོན་པའི་གཞུང་ཀུན་ལ་པ་དང་ཅན་པ་སོགས་དང་། དེའི་ཡན་ལག་རྩེ་ཡང་དང་བྱ་སྤྱོད་  
འགོད་ཚུལ་རྟོན་པ་སྤེལ་སྤྱོད་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་དང་། མིང་གི་རྒྱལ་གངས་  
དང་རྟགས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། སྤྱི་གཅིག་དོན་མང་པོ་ལ་འདུག་ཚུལ་རྟོན་པ་མངོན་བཅོམ་གྱི་བརྟན་  
བཅོས་འཆི་མེད་མཛོད་དང་། སྤོབ་དཔོན་གར་པ་དང་རྩོད་པའི་ལམ་གྱི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཆོག་  
དོན་གཉིས་ཀའི་རྒྱན་དང་དོན་གྱི་རྒྱན་སོ་ལྟ་དང་བྱ་དཀའ་བ་དང་གཤམ་ཆོག་སོགས་ཆོག་གི་རྒྱན་ཏེ་རྒྱན་  
གསུམ་གཏན་ལ་དབབ་ནས་རྟོན་པ་རྟོན་ངག་གི་བརྟན་བཅོས་མེ་ལོང་” དང་། དེ་དག་རྒྱུད་རིགས་  
དང་སྤྱར་ནས་རྟོན་པ་རྒྱུས་གར་གྱི་བརྟན་བཅོས་སྤྱོད་ཀྱི་དཀའ་བ་དང་འཛིན་ཏེན་ཀྱན་ཏུ་དཀའ་བ་  
” སོགས་སོ། །བཅོམ་བྱ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་ནི་གཏན་ཆོགས་རིགས་པའི་བརྟན་བཅོས་ཆད་མ་  
མདོ་” སོགས་སོ། །གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་བརྟན་བཅོས་ལ་བཟོ་དང་གསོ་བ་རིག་པའི་བརྟན་བཅོས་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། གསེར་འགྱུར་དང་སྤྱིས་སྤྱོད་སོགས་རྟོན་པ་ལྷ་བྱ་ཕལ་བ་དང་། རྒྱ་གསུང་  
ཐུགས་ཏེན་གྱི་ཆ་ཆད་རྟོན་པ་ལྷ་བྱ་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་སོ། །གསོ་བ་རིག་པའི་བརྟན་བཅོས་ནི། ནད་  
ཀྱི་ངོ་བོ་དང་ནད་གཞི་དང་ནད་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྤྱོད་དང་དེས་གསོ་བའི་སྤྱོད་ལམ་བཞི་འཕྲ། ལུས་དང་  
བྱིས་པ་གདོན་ལུས་སྤོད། །མཚོན་དང་མཆེ་བ་ནས་རྩ་ཅ། །ཞེས་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱོད་གཞུང་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་པ་” ལྷ་བྱའོ། །འཛིན་ཏེན་ལུགས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་དག་ཀྱང་འདོར་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་  
རབ་བརྒྱ་པ་” ལས། མེ་ཡི་ཆོས་ལུགས་ལུགས་སྤྱད་ན། །ལྷ་ཡུལ་བཞུད་པ་ཐག་མི་རིང་། །ལྷ་

དང་མི་ཡི་ཐེམ་སྐྱུ་ལ། །འཛེགས་ན་ཐར་པ་གམ་ན་འདུག །ཅེས་པ་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཤིས་ན་  
ཐར་པ་འཛོལ་པའི་ཐབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཆད་མར་གྱུར་པ་ལ་རང་གི་དགོངས་  
འགྲེལ་བ་ལྟན་བཅས་ཆད་མ་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་ཅ་བ་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་མའི་ཆོག་དོན་བརྒྱུད་ཞིང་རྟོགས་དཀའ་  
བ་རྣམས་ལ་འགྲེལ་པ་མཛད་པ་པོ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མས་ཆོག་འགྲེལ་སྒྱུ་དོན་མཐའ་དཔྱད་རེག་ཟིག་” སོགས་  
རང་བཞིའི་བསྐྱད་མ་ཞུགས་པར་རང་རང་གི་སྒྲིང་ར་བྱུངས་དང་འགྲེལ་བའི་དཔང་པོ་དང་གཏུགས་  
ནས་མཛད་པ་ག་སྟག་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་བཟླ་བཅས་ཇི་ལྟར་ཚུམ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། བཟླ་བཅས་ཚུམ་པའི་རྩོན་འགྲོ་དང་།  
ཚུམ་ཚུལ་དངོས་དང་། བརྒྱམས་པའི་ཕན་ཡོན་ནོ། དང་པོ་ནི། ལྷན་ངག་མེ་ལོང་ལས། ཤིས་བཟླ་ད་  
ཕྱག་བྱ་ངོ་པོ་(དངོས་པོ་)ནི། ཇེས་པར་བཟླ་བ་འདྲ་དེ་ཡི་སྒྲོ། ཞེས་བཟླ་བཅས་ཚུམ་པའི་ཐོག་  
མར་ཤིས་བཟླ་དེ་གི་ཆོག་གིས་སྒྲུ་བསུས་ཏེ་ཕྱག་བྱ་བ་དང་། ཇོ་བོ་ངས་པར་བཟླ་བ་སྟེ་ལུས་མདོར་  
བཟླ་བ་སོགས་ཀྱིས་གཞུང་ཚུམ་པར་བཤད་ལ། ཚུལ་འདི་ནི་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀས་ཐུན་མོང་དུ་འདོད་  
དོ། ཇེ་འཛེང་དུ་ཐ་མར་དགེ་བ་བསྟོ་བ་ནི། ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་  
འཕགས་བསྟོད་” ལས། བསྟོད་ནམས་བྱས་པའི་ཆོགས་དག་ནི། ཤེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡོངས་  
བསྟོ་བ། བཅོམ་ལྷན་བྱོད་ཀྱིས་གང་གསུངས་པ། ཇེ་གཞན་བཟླ་བཅས་ལས་མ་བཤད། ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ཇེ་ལ་ཤིས་བཟླ་དེ་གི་དགོས་པ་ནི་རང་ལ་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་ཆེད་དང་། ཕྱག་  
བྱ་བའི་དགོས་པ་ནི་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་འོ། ཕྱག་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི་གཉིས་ཏེ། ཆོས་ལ་  
ཡིད་ཆེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅ་བ་ཆོས་གསུང་བ་པོ་སྟོན་པ་དང་། དོན་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཆོས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པའི་སྟོབ་དཔོན་དག་ལ་ཕྱག་བྱ་བར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བརྒྱས་པ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་  
དང་པོར་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱུ་དང་དེ་འོ་འོ་ཏུ་དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འབུལ་དགོས་སོ།  
མཆོད་བཟླ་མ་བྱས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། དབུ་མའི་རྣམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་” དུ། བཤེས་

སྤྱིངས་<sup>༡༡</sup> ལ་མཆོད་བཅོད་མེད་ཅིང་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བཡོད་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་  
དེ་འབྲེལ་ཡང་མང་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་ཕྱག་བྱ་བའི་གོ་རིམ་བཤད་མ་ཐག་པ་ཡང་ངེས་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ།  
ཐོག་མར་རང་གི་ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་མཛད་པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ལས་མང་དུ་བྱུང་བ་བཞིན་དང་།  
དེར་མ་ཟད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དང་པོར་གང་ལས་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་འདྲིན་ཅོད་པའི་སྒྲ་མ་ལ་ཕྱག་བྱེད་པར་ཡང་  
རིགས་ཏེ། ལུང་གཞི་<sup>༡༢</sup> ལས། ཅན་པ་དང་ནི་གཞོན་ཡང་རུང་། །གང་ལས་ཆོས་ནི་རྣམ་ཤེས་པ།  
།དེ་ལ་ཐོག་མར་ཕྱག་བྱས་ཏེ། །ཟླ་བ་ཆོས་ལ་བྱམ་ཟེ་བཞིན། །ཞེས་བྱུང་བ་ལྟར་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
འོན་རབ་བྱུང་གི་སྐབས་ཀྱི་ལུང་གཞི་དང་ཀུ་མ་གཏམ་ལས། དང་པོ་སྟོན་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་དུ་གཞུགས་  
དེའི་འོག་དུ་མཁན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་དུ་བརྩམས་ཅིས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞིན། མི་འགལ་ཏེ།  
འདི་ནི་དམིགས་བསལ་ཡིན་པར་མཆོ་སྒྲ་བ་ཆེན་པོས་<sup>༡༣</sup> གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་ཤེས་རབ་  
སྤོང་བུ་<sup>༡༤</sup> ལས། དམ་པ་མང་པོ་ཁས་འཆེ་མི་བྱེད་ལ། །གལ་ཏེ་དཀའ་བས་ཁས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན།  
རྟོ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་ལྟ་བུར་ནི། །ཤི་ཡང་གཞན་དུ་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཚུམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཁངས་བསྐྱུང་བའི་སྒྲིན་ས་ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ལ་ཡང་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཚུམ་པ་པོ་རྣམས་དུ་བྱུང་  
བར་གོ་བའི་ཆེད་དུ་ལོ། །སྟོད་རུང་མཉན་པར་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིལ་ཀྱང་ཡོད་ལ་དེའི་དགོངས་པ་ནི་ཚུམ་  
པ་པོས་རྩེ་བས་འདོམས་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོས་དོན་མཐོང་བའི་ཆེད་དུ་ལོ། །

གཉིས་པ་བརྩམ་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས། ཚུམ་པ་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཚུམ་པ་ཉེས་པའི་  
སྒྲིན་ནོ། །དང་པོ་ནི། ཚུམ་པ་པོ་གང་གིས་གང་བརྩམ་མཁའི་གཞུང་གི་སྤྱི་ཁོག་དུ་བབྱུང་སྟེ། གཞུང་གཞན་  
ཀྱི་ལུང་གིས་ཟུར་ནས་བརྒྱན་ཅིང་། དེ་དག་ཡན་ཚུན་གྱང་བསྒྲིགས་ནས་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བདར་གཤེགས་  
པར་བཅད་དེ་འགལ་འདུན་ར་འཁྲུགས་ཀྱི་བྱི་མས་མ་གོས་པར་བྱ་བ་གལ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ཡང་བཅོད་བྱའི་  
དོན་བརྗོད་ཡང་ཉོགས་སྒྲ་བ། རྫོད་བྱེད་ཆོག་སྟན་ངག་གིས་བརྒྱན་པ། ཆོག་གི་སྦྱར་བ་འབྲེལ་ཆགས་

ཤིང་ཉན་ན་སྟན་པ། ཆོགས་བཅད་ནམས་ནི་རྩེ་བ་སྒྲིར་ལེགས་ཤིང་སྟན་ངག་གིས་བཅིངས་པ་འཕམ་འཕྲུལ་  
 ཚུམ་<sup>19</sup> གྱིས་གོ་བདེ་བ། མིང་ནམས་ནི་མངོན་བརྗོད་ཀྱིས་བརྟན་པས་ངོ་མཆར་བ། ཆོག་གོང་འོག་མི་  
 རྫོས་ཤིང་ཕྱི་མ་སྒྲུལ་ལྷུ་བ་བྱེད་དུ་འགྲོ་བ། རྟུང་རྒྱ་མེད་པའི་སོགས་སྒྲུས་དཔེ་ན་ཞིང་བརྗོད་བྱ་ཟབ་པར་  
 ཚུམ་ན་ཆེས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་གྱུར་ཅིང་མཁས་པ་མགྲ་བའི་སྒྲིས་སུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ། རང་ལུགས་དང་གཞན་ལུགས་འབྲེད་དཀའ་བ། འདུལ་བའི་ལས་ཆོག་ཆེན་  
 པོ་གསེར་མདོག་རྣམ་ཐུལ་ལྟ་བུ་དང་། ས་བཅད་ཏུ་ཅང་མང་བྲགས་པ། ཆད་མ་རིགས་ཐེགས་<sup>20</sup> དང་།  
 རྣམ་ངེས་དར་ཁྲིག་<sup>21</sup> ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲིར་བོད་ཀྱི་ས་བཅད་ལུགས་དང་པོ་ལ་གཉིས། གཉིས་  
 པ་ལ་གསུམ། གསུམ་པ་ལ་བཞི་བེར་བ་ལྟ་བུ་སོགས། ལས་དང་པོ་བ་ལ་ཕན་པའི་རྒྱུ་དུ་མི་འགྱུར་  
 བར་མགོ་མྱོངས་པར་འགྱུར་བའང་སྲིད་པས། དེ་བས་རྒྱ་ནག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་སུ་ས་བཅད་ཅི་ཅམ་  
 དགོས་པ་དེ་དག་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་མགོར་རྩེ་བས་གཅིག་ཏུ་བཀྲམ་ནས། བཤད་པ་དངོས་གཞིའི་སྐབས་  
 སུ་དེ་དག་གོ་རིམ་མ་འབྲུགས་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུར་བྱས་ན་ཡང་མི་རུང་བ་མེད་ཅིང་། གཞན་ཡང་  
 ཆོག་གི་གཅོད་མཆམས་ཤད་ཀྱིས་མ་བཅད་པ་དང་། ཀྱན་ལ་མ་གྲགས་པའི་མངོན་བརྗོད་དང་གཤ་  
 ཆོག་གི་རྒྱན་འབའ་ཞིག་གིས་བཅིངས་པ་དང་། ཡུལ་དུས་དེ་དང་དེར་གྲགས་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་དང་  
 མི་རྣམས་ཀྱི་མིང་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ནས་བྲིས་པ་དང་། རྒྱ་ནག་གི་མིང་བོད་སྐད་དུ་བྲིས་པ་སོགས་  
 རྒྱུན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྩེ་དགེ་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གྱི་གསུང་འབུམ་དུ་རྒྱ་ནག་གི་སྟན་འགའ་ཞིག་གི་མིང་  
 བོད་སྐད་རང་དུ་བྲིས་པ། དེང་སང་རྒྱ་བོད་སུ་ལ་བརྟན་ཀྱང་མི་གོ་བས་སྟན་བཟང་ཡང་གསོས་སུ་  
 མི་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་བརྟན་བཅོས་ཚུམ་པ་པོས་མཛད་བྱང་དུ་རང་མིང་གསལ་བར་མི་སྟོས་  
 པ་འཕམ། རང་མིང་དངོས་སྤྱོད་ནས་གཞན་ལ་མ་གྲགས་པའི་མིང་གཞན་བརྟག་པ་སོགས་སྒྲིན་ཆེ་ཤོས་  
 ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོའི་མིང་མི་གསལ་བའི་དབང་གིས་བརྟན་བཅོས་འགའ་ཞིག་ལེགས་བཤད་དུ་སྒྲུང་  
 ཡང་ཐེ་ཆོམ་ཅན་དུ་གྱུར་ནས་མཁས་པ་དག་གིས་ཤེས་བྱེད་དུ་བྱངས་མ་རུས་པ་ཡང་དེས་ལན་འདུག་

པས་སྒྲིན་དེ་དག་དོར་ཏེ། མིང་རུས་ཡུལ་སོགས་གསལ་བར་སྒྲོས་པའི་སྒྲོན་ས་པོད་སྤྱི་ཡོངས་ལ་གྲགས་  
པའི་བདག་སར་རྙིང་གིས་གཞི་བཟུང་ནས་ཡིག་འབྲུ་རྣམས་ནི་སྤྱི་ལུ་བ་དང་རྟགས་ཀྱི་འབྲུག་པ་མ་  
ནོར་བར་ཐོབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྩམ་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་བསྟན་བཅོས་བརྩམས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། ཆོ་འདིར་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱས་པའི་  
སྒྲོན་ས་མཁས་པ་རྣམས་མགྲོན་ཆེས་སྤྱུ་གཟུང་བ་དང་། ཡ་རབས་རྣམས་དང་ཕྱད་ན་སྒྲིས་ཀྱི་མཆོག་  
མཉེས་པའི་མཆོད་པར་འབྱུར་བ་དང་། གཞན་ཡང་། སྒྲོབ་དཔོན་དཀྲོའི་གཞུང་ལས།<sup>༡</sup> སྒྲོན་གྱི་  
ཀྲུལ་པོ་གྲགས་པའི་གཟུགས། །དག་གི་རང་བཞིན་མེ་ལོང་ཐོབ། །དེ་དག་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་།  
།རང་ཉིད་ཉམས་པ་མེད་ལ་སྒྲོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོ་འདིའི་འདུ་བྱེད་བཏང་བའི་འོག་ཏུ་འང་  
བསྟགས་པར་འོས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་བྲིན་གྱི་མིང་ཙམ་ལྟག་མར་ལུས་པའི་ཕྱིར་ཀྱན་གྱིས་ཐོས་  
སྒྲོགས་སྤྱོད་བའི་མཐའ་མི་མངོན་པའི་ངོས་ནས་མཁས་མིང་གི་གྲགས་པ་མི་རྒྱུབ་པར་འབྱུར་བ་དང་།  
ཁྱད་པར་བྱ་མདོ་ལས། དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་བསོད་ནམས་ནི། །སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱིས་ནན་ཏན་  
བྱ། །བསྐལ་པ་བྱེ་བར་རྫོད་མཛད་ཀྱང་། །ཐ་མར་ཕྱིར་པར་བྱུར་མ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་བསོད་ནམས་ཆད་མེད་པ་ཐོབ་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་མ་འོངས་པ་ནའང་བཅུ་ཕྱག་  
བྱུག་གི་རི་མོས་མཆོན་པའི་ཕྱག་རྒྱས་མངོན་པར་བཀྲ་བའི་བཀའ་བྲིམས་དྲི་མ་མེད་པས་སྐལ་ལྷན་ཡོངས་  
ཀྱི་སྤྱིད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཞིང་། མི་འཛིགས་སེང་གེ་བཞིས་བཏེག་པའི་བྲི་འཕང་མཐོན་པོར་སྒྲོབས་  
བརྩེའི་རྩལ་ཡོངས་སྤྱོད་གས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཀྲུལ་པོར་འབྱུར་བ་ཡིན་ནོ།།

ཚོམ་སྒྲིག་པའི་མཆན།

༡ འདི་ནི་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་རེད།  
༢ མདོ་སྤྱི་ཚུན། དམ་ཆོས་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་ཞིག་རྟེན། དང་ངེས་ཀྱི་མདོ་སྤྱི་ཚུན་ཆོགས་པའི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བྱིད་  
པའི་གཞུང་། ལེའུ་ཉེར་གཅིག་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ལྟ་སྤང་དང་། ལོ་ཙཱ་བ་དང་ལ་བཙེགས་ཀྱི་འབྱུར་དང་སྒྲོ་  
རྩན་གསུང་བཀྱིས་འབྱུར་བཅོས་མཛད།

- ༡ མངོན་རྟོགས་ཀྱི་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་མན་ངག་གི་བརྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་
- བ། མཁྱེན་གསུམ་དང་། སྦྱོར་བ་བཞི་དང་། འབྲས་བུ་ཚོས་སྒྲིལ་ཤིང་ཕྱིན་དངོས་པོ་སྦྲུབས་བརྒྱུད་ཀྱི་བདག་ཉིད་
- ཅན། རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་མགོན་པོས་མཛད་པའི་བྱམས་ཚོས་སྡེ་ཁྲུའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཡིན།
- ༢ བསྐྱབ་བརྟུས། བསྐྱབ་པ་ཀྱན་ལས་བརྟུས་པ་ཞེས་པ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་ལས་འབྲས་སྟོན་
- པའི་གཞུང་། རྒྱལ་ཁྲིམས་ཞི་བ་ལྟ་མཛད་པའོ།
- ༣ བདེན་པ་གཉིས། དོན་དམ་བདེན་པ་དང་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ། ཅུང་ཞིབ་པ་དེ་བའི་དེ་སྒྲིལ་པས་འགྲེལ་མ་གཞག་ལ་གཟིགས།
- ༤ རང་བཞིན་རྒྱུ་ཚུལ་འགྱུར་གསུམ། སྤྱི་རིག་པའི་བརྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྫོད་བྱར་གྱི་པའི་རང་བཞིན་དང་། རྒྱུ་
- དང་། རྣམ་འགྱུར་ཞེས་ཁག་གསུམ་སྟེ། རྒྱུ་སྟོན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གཞི་ལ་རང་བཞིན་ཞེས་པ་དང་། རྒྱུ་
- བྱིངས་ལས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་སྒྱུར་སྒྱུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱུ་ཞེས་པ་དང་། བྱིངས་དང་རྒྱུ་ཚུལ་སྤྱད་པ་ལ་སྟོན་ལས་ལས་
- གཟུགས་གཞན་ཏུ་གྱུབ་པ་ལ་རྣམ་འགྱུར་ཞེས་བྱའོ། ཞིབ་པ་སྤྱི་གཞུང་ཁག་ལ་གཟིགས།
- ༥ སྤྱི་གཞུང་ཀ་ལུ་པ་དང་ཅན་པ་གཉིས་ལས་ལྷ་མ་ལྷ་གཞན་ཏུ་སྤྱི་ཏུ་གཅེས་པས་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་ལེའུ་བཅོ་ལྷ་བར་
- གསུངས་ཆུལ་དང་། སྦྱོབ་དཔོན་དབང་ལྷག་གོ་ཆ་ཞེས་པས་གཞུང་རྫོགས་པར་བྱས་པ་སྟོན་ལོ་རྒྱུས་སྟོན་པོ་ཞིག་
- ཡོད་ཀྱང་འདིར་ཡིག་ཚོགས་དབང་གིས་མ་བཤེད། ཕྱི་མ་སྦྱོབ་དཔོན་ཅན་གྱི་མིས་མཛད་ཅིང་། ལེའུ་ཉེར་བཞི་ཡོད།
- གཉིས་ཀ་གོང་སྟོན་དོན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བོད་སྐད་ཏུ་བསྒྱུར་ཡོད།
- ༦ སྤེབ་སྦྱོར་གྱི་བརྟན་བཅོས་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས། རྒྱ་གར་གྱི་སྦྱོབ་དཔོན་རྣམ་ཀ་ར་ཤེས། རྫོན་གྱི་སྦྱོབ་
- དཔོན་དག་གིས་མཛད་པའི་སྤེབ་སྦྱོར་གྱི་བརྟན་བཅོས་ནི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ཀྱིས་དཔེན་པར་གཟིགས་ནས། སྤེབ་སྦྱོར་
- རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་མཛད་ཅེས་གྲགས།
- ༧ འཆི་མེད་མཛོད། རྒྱ་གར་ནང་པའི་སྦྱོབ་དཔོན་འཆི་མེད་སེང་གེ་ཞེས་པ་སྦྱོལ་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་པ་དེས་སྟོན་
- བརྫོད་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་འཆི་བ་མེད་པའི་མཛོད་ཅེས་པ་མཛད་པར་གྲགས།
- ༨ རྒྱ་གར་གྱི་སྦྱོབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་སྟན་གཞུང་མེ་ལོང་ལ། བོད་ཏུ་ཐོག་མར་ས་པ་ཅན་གྱིས་ལམས་
- འདུག་ནང་ཐོ་རེ་བཞིག་བསྐྱར་བར་མཛད་ཅིང་། དེ་རྗེས་གོང་སྟོན་ལོ་རྒྱུ་བ་དོན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ཆ་ཆང་བར་བསྐྱར་
- ཅིང་། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་བཅོས་ཅུང་ཟད་མཛད། དེ་རྗེས་ཞལ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཚོས་སྦྱོང་བཟང་པོས་ཀྱང་འགྱུར་བཅོས་མཛད་
- པ་སྟོན་ལ་བརྟེན། བོད་ལ་དར་བྱུང་ཆེ་བར་ཡོད།
- ༩ སྦྱོར་གར་གྱི་བརྟན་བཅོས་ལྷ་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བ་དང་འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བ། རྗེ་བོད་པ་ལ་དགའ་བའི་ལྷས་ལྷ་
- ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་སྦྱོར་གར་དང་། ལྷ་ར་ཏ་དང་སྦྱོབ་དཔོན་ཅན་གྱི་མིས་འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་སྦྱོར་གར་
- མཛད་ཅེས་གྲགས།

༡༩ ཚད་མ་མདོ། ཚད་མ་མདོ་ཀླན་ལས་བརྟམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་ལྷོ་གས་ཀྱི་མྱེང་པོས་མཛད་པའི་  
རྟོག་གེའི་ཆོག་དོན་བརྒྱུད་དང་། རྒྱུད་པར་དུ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་དོན་ཆེན་དུ་གཏུག་བསྟུས་ནས་གཏན་ལ་འབེབས་  
པར་བྱེད་པའི་ལེའུ་དུ་ག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཚད་མའི་གཞུང་ཞིག

༡༩ སྤྲོན་དབྱེད་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པ་ཟེར་བར་སྤྲོམ་ཞིང་། དེ་ནི་སློབ་དཔོན་དཔལ་འཛོམས་མཛད་ཅིང་བརྟམ་ན་འགྱུར་  
ཁོངས་སུ་བཞུགས་ཡོད།

༢༠ ཤེས་རབ་བརྒྱུད་པ། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་འཛིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་བརྟམ་བཙོས་ཤིག་ དེར་འཛིག་རྟེན་  
ཀྱི་ལུགས་སྤྲོལ་བཟང་པོ་དང་མཐུན་ལ། དམ་པའི་ཆོས་དང་ཡང་མི་འགལ་བར་མཛོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་གཉིས་  
ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོར་མཛོན་མཐོ་སྤྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སྟོན་པའོ། །འདི་པོད་སྐད་དུ་བྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སམ་ཆེ་དེ་བ་  
དང་། རྒྱ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙྰ་བ་པཱེ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་བསྟུར་ཅིང་ཁྱས་ཏེ། གཏན་ལ་ཡལ་པའོ། །བརྟམ་ན་འགྱུར། རྟེ་  
དགེ་པར་མ། སྤྲོ་ཆོག་ས། པོད་ངོ། ཤོག་ངོས་ ༡༧བ་ལ ནས་ ༡༠༩ན་ཡ བར་བཞུགས།

༢༡ དེག་ཟིག་ ཟེན་བྱིས།

༢༢ རྒྱུད་པར་འཕགས་བསྟོད། རྒྱུད་པར་དུ་འཕགས་པའི་བསྟོད་པ་ཞེས་པ་སྟེ་སྟོན་པ་ལྷུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་བསྟོད་པ་  
རྒྱ་གར་གྱི་སློབ་དཔོན་མཐོ་བཙུན་གྱི་ཤེས་མཛད་པའོ།

༢༣ དབྱུ་མའི་རྣམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ། རྟེ་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད།

༢༤ བཤེས་སྤྲིངས། མཛའ་བཤེས་ལ་སྤྲིངས་པའི་ཡི་གེ་ཞེས་པ་སྟེ་སློབ་དཔོན་ལྷ་སྤྲུབ་ཀྱིས་མཛའ་བཤེས་རྒྱལ་པོ་བདེ་  
སྟོན་བཟང་པོ་ལ་གནང་བའི་འཕྲིན་ཡིག་ པོད་སྐད་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སམ་ཆེ་དེ་བ་དང་། རྒྱ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙྰ་བ་པན་  
དེ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་བསྟུར་ཅིང་ཁྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཡལ། བརྟམ་ན་འགྱུར། རྟེ་དགེ་པར་མ། སྤྲིང་ཡིག་ པོད། ངོ།  
ཤོག་ངོས། ༤༠བ་ལ ནས་ ༤༦བ་ཀ བར་བཞུགས།

༢༥ ལུང་གཞི། འདུལ་བ་ལུང་རྟེ་བཞིའི་ཡ་གྲུ་ལ། ཤོ་ལོ་ཀ་སུ་མ་བྱི་ཉིས་སྟོང་བདུན་བརྒྱ་རྟེ་བམ་པོ་བརྒྱ་ཅ་དགུ་ཆང་པ་  
ལོ་ཙྰ་བ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་བསྟུར།

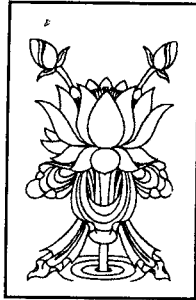
༢༦ མཆོ་སྤྲོ་བ་ཆེན་པོ། མཆོ་སྤྲོ་བ་ཤེས་རབ་བཟང་པོ་ཡིན། ཁོང་ནི་དུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་བའི་ནང་པོད་ལུལ་མཆོ་  
སྤྲོར་འབྲངས། འདུལ་བ་མདོ་ཅ་པའི་རྣམ་བཤད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་རམ། འདུལ་བ་མཆོ་རྒྱ་ཞེས་པ་དེ་བརྟམས།

༢༧ ཤེས་རབ་སྤོང་བྱ། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་འཛིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་བརྟམ་བཙོས་ཤིག་ ནང་དོན་གཙོ་  
བོར་སྟོན་པོ་ལ་གདམས་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་ཚུལ་ལུགས་དང་མཐུན་པར་སྟོན་པའོ། །པོད་སྐད་དུ་ལོ་ཙྰ་བ་ཤི་ཡེན་  
བ་པོ་རྟེ་དང་། པཱེ་ལེ་ཤེས་སྤོང་བསྟུར་ཅིང་ཁྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཡལ། རྟེ་དགེ་པར་མའི་བརྟམ་ན་འགྱུར། སྤྲོ་ཆོག་ས།  
ངོ། རྟེ་བ་ཡེང་ ༡༠༩ན་ཡ ནས་ ༡༡༤ བར་བཞུགས་ཡོད།

༡༡ འཕོལ་ཚུམ། ཚིག་སྒྲོར་གོ་བདེ་བའི་ཚུམ།

༡༢ ཚད་མ་རིགས་ཐིགས། ཚད་མ་རིགས་པའི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། མཛོན་སུམ་དང་། རང་གི་  
དོན་རྒྱུ་སུ་དཔག་པ་དང་། གཞན་དོན་རྒྱུ་སུ་དཔགས་པ་བཅས་ལེན་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན། སྒྲོབ་དཔོན་ཚོས་  
གྱི་གྲགས་པས་བཅམས་པའི་ཚད་མ་ལྗེ་མདུན་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཞིག  
༡༣ མ་རྩམ་ངེས་དར་ཁྲི། ཚད་མ་རྩམ་ངེས་གྱི་ཁྲི་ལྗེ་བའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ཞེས་པའི་བརྒྱས་མིང་། ལྗེ་ལ་ཚབ་  
རྒྱུ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས་བཅམས་པས་དར་ཁྲི་ཞེས་གྲགས་སོ། །

༡༤ རྩན་གཞུང་མེ་ལོང་མ་ལ་བེར།





## སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་འཆད་ཚུལ།

བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ།

“གང་གིས་འཆད་པ་སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་མཚན་ཉིད། གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པའི་ཐབས།  
ཇི་ལྟར་བཤད་པའི་ཚུལ་དང་གསུམ་མོ།

དང་པོ་ལ་གཞུང་སོ་སོར་སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་གསུངས་ཏེ། སུམ་བརྒྱ་  
པ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་ཞིང་འདུལ་བའི་ཆོ་ག་ཤེས། ཁན་པར་སྤིང་བརྩེ་འཁོར་ནི་དད་པ་དང་།  
ཁོས་དང་ཟང་ཟེང་ཡན་འདོགས་བརྩོན་པ་དང་། དུས་སུ་འདོམས་པ་དེ་ལྟར་མར་བརྒྱགས། ཁེས་  
པ་དང་། སྒོ་བ་དཔོན་སྒྲུབ་ཀྱིས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་དག་གི། མཚན་ཉིད་མདོར་བསྡུས་  
མཁྱེན་པར་མཛོད། ཁོག་ཤེས་སྤིང་རྗེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན། ཉོན་མོངས་སེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཅན།  
དེ་དག་ལ་ནི་ཁྱོད་བརྟེན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་གུས་པར་མཛོད། ཅེས་དང་། ཁེ་བ་ལྟས། ཉག་  
པར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི། ཐེག་ཆེན་དོན་ལ་མཁས་པ་དང་། ཁེས་པ་དང་། ཅུ་གློ་མིས།  
མ་མ་རྩོམ་ལ་གནས་གིང་མཁས། ཁུས་དང་ལྡན་ལ་མང་བར་བྱ། ཁེས་གསུངས་གིང་། མདོ་རྩ་  
ཀྱན་དུ།<sup>༡</sup> བཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ཁེ་བ་ཉེར་ཁེ་བ། འཁོར་ཏན་ལྟག་པ་བརྩོན་བཅས་ལུང་གིས་ལྷག་  
དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་སྒྲུ་མཁས་ལྡན། བརྩེ་བའི་བདག་ཉིད་སྒྲོ་བ་སྤངས་ལ་བརྟེན། ཁེས་ཚུལ་

ཁྱིམས་དང་ལྷན་པས་དུལ་བ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་ལྷན་པས་ཞི་བ་དང་། ཤེས་རབ་དང་ལྷན་  
 པས་ཉོན་མོངས་པ་ཉེར་ཞི་དང་། ཡོན་ཏན་གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པས་སྟག་པ་དང་། གཞན་  
 དོན་ལ་ལེ་ལེ་མེད་པས་བརྩོན་འགྲུས་དང་བཅས་པ་དང་། ཐོས་པ་ཆེ་བས་ལུང་གིས་སྟུག་པ་དང་། ཤེས་  
 པར་བྱ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རབ་ཏུ་ཉོགས་པ་དང་། ཆོག་སྒྲུ་མཁས་པ་དང་། ཟང་བེང་ལ་མི་བརྟ་བས་  
 བརྩེ་བ་དང་། ཆོས་སྟོན་པ་ལ་སྒྲུབ་མེད་པ་སྟེ་ཆོས་བརྩུ་ལྷན་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐོས་  
 མང་དང་། །བདེན་མཐོང་སྒྲུ་མཁས་བརྩེ་བ་ཅན། །སྒྲིམེད་སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་ནི། །ཆེན་པོ་ཡིན་པར་  
 ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་ཐོས་པ་མང་བ། །ཉོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བདེན་པ་མཐོང་། །ཆོག་  
 སྒྲུ་མཁས་པ། བསམ་པ་ཟང་བེང་ལ་མི་བརྟ་བའི་བརྩེ་བ་ཅན། །བསམ་སྒྲུར་སྟོམས་ལས་མེད་པས་  
 སྒྲིན་མེད་དེ་ཆོས་ལྷ་ལྷན་ནམ། །རྒྱ་ཆེ་བེ་ཆོམ་སྤྱོད་བ་དང་། །གཟུང་འོས་དེ་ཉིད་གཉིས་སྟོན་པ། །འདི་  
 ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །སྟོན་པ་ཕུན་ཆོགས་ཡིན་ཞེས་བྱ། །ཞེས་མང་དུ་ཐོས་པས་ཐོས་པ་  
 རྒྱ་ཆེ་བ། ཤེས་རབ་ཆེ་བས་གདུལ་བྱའི་བེ་ཆོམ་སྤྱོད་བ། །སྟོགས་མཁས་དགེ་བས་སྒྲུ་མར་གཟུང་བར་  
 འོས་པ། །ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཉིས་སྟོན་པ་སྟེ་ཆོས་བཞི་ལྷན་ལ་བཤད་དོ། །དེ་  
 དག་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་འཕགས་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་ལྷན་པར་དཀའ་ཡང་མེད་ཁ་མེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་  
 པ་ནི། གསུམ་སྟེ། མཁས་པའི་ཤེས་རབ། བརྩེ་བའི་བསམ་པ། སྒྲུར་བ་བཟོད་པ་དང་ལྷན་པ་  
 གསུམ་མོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། བཤད་བྱ་ལ་མཁས་པ་དང་། འཆད་བྱེད་ལ་མཁས་པ་དང་། ཀྱན་  
 སྒྲོད་ལ་མཁས་པ་འོ། །

དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་འཇུག་སྟེ་སྟོན་ཀྱན་ལ་མཁས་ནའང་ལེགས་མོད་ཀྱི་འདིར་གང་འཆད་པ་  
 དེའི་ཆོག་དོན་ལ་ལུང་རིགས་མན་ངག་དང་ལྷན་པའི་མཁས་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དེས་གདུལ་བྱའི་བེ་  
 ཆོམ་གཅོད་རྣམས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི་རྟེན་གྱི་བད་དག་པ་དང་། གང་ནས་བཤད་ཀྱང་འབྲེལ། ཇི་ཅུམ་བཤད་  
ཀྱང་རན། ཇི་ལྟར་བཤད་ཀྱང་འཐད་པ་གསུམ་གྱི་ངག་འབྲེལ། གཞན་དགའ་བར་རྒྱས་པའི་དབྱངས་  
སྟན་པ་དང་གསུམ་ལ་འཆད་དོ། །ཡང་ན་མདོ་ལྡན་ཆུན་ནས། ངག་ཆོག་གིན་ཏུ་རིགས་པ་དང་། །བརྟན་  
དང་ནམ་འབྲེད་ཐེ་ཆོམ་གཅོད། །ལན་མང་བྱེད་དང་ལྡན་པ་ནི། །མགོ་སྒྲིམ་ནམ་སྒྲིམ་གོ་ནམས་ལ།  
།སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བརྟན་པ་ནི། །འཁོར་གསུམ་གྱིས་ནི་དག་པ་སྟེ། །འདི་ནི་ཉེས་པ་བརྟན་དག་  
དང་། །བྲལ་བ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །ལེ་ལོ་དང་ནི་མི་གོ་དང་། །སྐབས་མི་འབྲེད་དང་མ་དེས་  
དང་། །ཐེ་ཆོམ་དག་ནི་མི་གཅོད་དང་། །དེ་དང་བྲལ་བར་བརྟན་མི་བྱེད། །སྒྲིབ་དང་ནི་མེར་སྐྱ་  
ཉིད། །འདི་དག་གཏམ་གྱི་ཉེས་པར་འདོད། །དེ་དག་མེད་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །བཤད་པ་ཐ་ན་  
མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གཏམ་གྱི་ཉེས་པ་བརྟན་དང་བྲལ་བས་འཁོར་གསུམ་དག་པའི་བཤད་པ་འམ།  
རྣམ་བཤད་རིགས་པར་བརྟེན་པའི་སྒྲིམ་བརྒྱ་གཅིག་གི་གཉེན་པོར་ཆོས་ཀྱི་གཏམ་རྣམས་པ་ཉི་ཤུ་དང་ལྡན་  
པར་གསུངས་ཏེ། སྒྲིབ་ལམ་མི་རྣམས་པར་འདུག་པས་སྟོང་མ་ཡིན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིམ་གྱི་གཉེན་པོར་  
ཉན་འདོད་པ་ཉིད་དང་། བཤད་པའི་འོས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ནས་སྒྲིབ་པའི་དུས་སུ་སྒྲིབ་པའོ། །བདག་  
གི་བཤད་ཉན་འདི་ལྟ་བུ་ལ་དེ་མ་ཆང་བས་སྟིང་པོ་མེད་ཅིང་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་མ་མཐོང་ངོ་། །བརྟེན་  
པ་ཡོངས་སུ་མ་རྟོགས་པའི་སྒྲིམ་གྱི་གཉེན་པོར་བརྟན་པ་མེད་པས་བསྐྱེམས་པས་སྒྲིབ་པའོ། །

བརྟེན་པ་བར་ཆད་པའི་སྒྲིམ་གྱི་གཉེན་པོར་གསུམ་སྟེ་གོ་རིམ་དུ་སྒྲིབ་པ་སྟེ་དུས་སྟེར་བྱ་བ་སྒྲིམ་  
པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཡང་དག་ཕུལ་གྱི་གཏམ་ལས་བརྒྱམས་ནས་སྒྲིབ་པ་སྟེ་བརྟན་པའོ། །མདོ་ལྡན་རྣམ་  
པར་བཤད་པ་ལས་བརྒྱམས་ནས་བརྟན་པའི་ཆོག་བཀོད་སྒྲིབ་པ་མཚམས་སྦྱར་བར་སྒྲིབ་པའོ། །རྗེས་  
སུ་མཐུན་པར་སྒྲིབ་པ་ནི་འདྲི་བའི་ལན་ལུང་བརྟན་པ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་མགོ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བརྟན་པ་ལ་  
སོགས་པ་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ལུང་སྟོན་པའོ། །བརྟེན་པ་གོ་བར་མི་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་གྱི་གཉེན་པོར་  
གསུམ་སྟེ། དད་པ་ཅན་རྣམས་ལ་དགའ་བར་བྱ་བ་དང་། སྟུར་གནས་པ་དང་ཞེ་འགྲུས་པ་རྣམས་

ལ་འདྲི་པར་བྱ་བ་དང་། བར་ན་གནས་པ་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ནམས་ལ་མག་བར་བྱ་བའོ། །

བཅོད་པ་མཆོད་པར་མི་འགྱུར་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་གཉིས་དྲེ། རྒྱལ་པའི་ལས་ཅན་སྒྲི་བ་བསྐྱེད་པའི་འོས་མ་ཡིན་པས་སྒྲི་བ་མི་བསྐྱེད་པ་དང་། སྒྲི་བ་སྤྲོད་ན་རུ་འོང་བས་མི་སྒྲི་བའོ། འདྲི་བ་མེད་པར་བཅོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་རིགས་པ་སྤྲོ་ཆད་མ་དང་མི་འགལ་བའོ། འདྲི་བ་མི་སྒྲི་བ་ལུ་མ་ཡིན་པ་དབང་པོ་ཐ་མ་ལ་ཟབ་མོ་བཅོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་འབྲེལ་བ་སྤྲོ་བྱ་འབྲེལ་བའོ། ། རྒྱལ་པར་གཡངས་ནས་བཅོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་མ་འདྲེས་པ་སྤྲོ་གཏམ་གཞན་དུ་འཕྲོ་བ་སྤངས་པའོ། འདྲི་བ་མེད་པ་བཅོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་ཆོས་དང་ལྡན་པ་སྤྲོ་དགེ་བ་དང་མཐུན་པའོ། ། མི་འཆམས་པར་བཅོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་འཁོར་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏེ་གདུལ་བྱ་དང་འཆམས་པའོ། ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་བསམ་པས་བཅོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་གཉེན་པོར་ལྷག་མ་ཐུག་པའོ། །

ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་བསམ་པ་ནི་གསུམ་སྟེ། བདག་བཟང་པོར་ཡིད་ཆེས་པར་བྱ་བའི་བསམ་པ་དང་། དད་ནས་བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པར་འདྲི་བའི་བསམ་པ་དང་། དཔག་དོག་གི་བསམ་པའོ། ། དང་པོའི་གཉེན་པོར་གསུམ་སྟེ། བྱམས་པའི་སེམས་། ཡན་པའི་སེམས་། སྤྲོ་བའི་སེམས་། གསུམ་ནི་ཉན་པ་པོ་བདེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་པར་སྒྲིན་པ་གསུམ་མཐུ། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལ་སྒྲིགས་པ་དང་ཐ་མལ་པ་དག་ལ་བྱམས་སྟོགས་རིམ་པ་བཞིན་ནམ། ལྷ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་། དེའི་ལམ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དང་། བཤད་པའི་དོན་ཁོང་དུ་ཕྱུང་པའི་བསམ་པས་སོ། ། གཉིས་པའི་གཉེན་པོར་སྤྲོད་པ་དང་བཀྱར་སྟེ་དང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལ་མི་བཞེན་པ་སྤྲོ་དེ་དག་འདྲི་བ་སྤངས་པའོ། ། གསུམ་པའི་གཉེན་པོར་བདག་ལ་བསྟོད་པར་མི་བྱ་ཞིང་གཞན་ལ་སྤྲོད་པར་མི་བྱ་བ་སྤྲོ་དཔག་དོག་དང་བདག་ལ་ལྷག་པར་ཡིད་ཆེས་པར་འདྲི་བ་སྤངས་པའོ། ། ཉི་ཤུ་པོ་འདི་ལྷ་ལྷ་རིམ་པ་བཞིན། ཇི་ལྟ་བུར་དང་། གང་གི་དོན་དུ་དང་། གང་འདྲ་བའི་དང་། གང་འདྲ་བས་གཏམ་བྱ་བ་དང་། ཡང་གཏམ་གྱི་སྒྲིར་བ་དང་། གཏམ་གྱི་ལས་དང་། གཏམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་།

སྒྲིབ་པ་པོ་ལོན་ཏན་པ་སྒྲིབ་ཅིང་སྒྲིབ་དང་བྲལ་བ་ནི། འཆད་བྱེད་ལ་མ་ཁས་པ་ལོ། །

གསུམ་པ་ནི་སྒྲིབ་གསུམ་དགེ་བས་ཀྱན་གྱིས་བཀྱར་བར་འོས་པས་རང་གི་ཀྱན་སྒྲིབ་ལ་མ་ཁས་པ་དང་། གདུལ་བྱའི་ཀྱན་སྒྲིབ་ལ་མ་ཁས་པ་ནི་དབང་པོ་དང་ཁམས་དང་བག་ལ་ཉལ་གེས་པས་དེ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་བསྟན་པས་དོན་དུ་འགྱུར་གྱི། སའི་སྤིང་པོ་འཁོར་ལོ་བཅུ་པར། “ བྱིས་པ་དབང་པོ་ཞན་ཅིང་ལེ་ལོ་ཅན། བྲེག་པ་གཉིས་ལ་ནན་ཏན་མི་བྱེད་པར། བྲེག་པ་ཆེན་པོའི་འཁོར་ལོ་ལྷན་མི་འགྱུར། དེ་ནི་ཀྱ་ཆེན་ཐེག་ཆེན་སྒྲོང་མ་ཡིན། ཞེས་པ་འཕམ། དེ་བཞིན་སྒྲོང་མིན་ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་དག བྲེག་ཆེན་བཤད་པ་ཐོས་ནས་མོངས་འགྱུར་ཞིང་། ཁ྆ད་པར་བཏུ་ལ་ངན་སོང་རྩུང་འགྱུར་བས། དེས་ན་དབང་པོ་བཏགས་ཏེ་ཆོས་བསྟན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཡང་། ཀྱ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོང་གྱུར་པ། དམན་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱར་མི་བྱ། ཞེས་པ་དང་། དམན་ལ་ཟབ་དང་ཀྱ་ཆེ་དང་། ཞེས་གསུངས་པས། སྒྲོང་གྱི་ཀྱན་སྒྲིབ་དམ་མཆན་ཉིད་ལ་མ་ཁས་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། རབ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལ་གཞག་འདོད་ཀྱི་སྤིང་རྩེ། དེ་མེད་ན་གང་འཆད་པའི་དོན་དེ་ལེགས་པར་གེས་ཤིང་ཡན་འདོད་ཀྱིས་ཟང་ཟང་ལ་སྒྲོས་མེད་དུ་འཆད་པའི་སྤིང་རྩེ་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། དེས་རང་གི་བཤད་པ་ལམ་དུ་འགྱུར་རོ། མཛད་སྤྱི་ཀྱན་ལས། བཏན་པ་ནམས་ནི་སྤྱི་དང་འོངས་སྒྲིབ་ཆེགས་ཆེན་རྟེན་ཅིང་སྤིང་པོ་མེད་པ་དག རབ་དགའི་ཡིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསུལ་ནམས་ལ་སྦྱོན་ནམས་ཀྱ་ཆེན་ཏག་གཏོང་ན། ཆོས་ཀྱང་སྦྱོང་དགུ་ནམས་ལ་ནམ་པ་ཀྱན་ཏུ་ཡན་བྱེད་ཆེགས་ཆེན་རྟེན་མིན་ཞིང་། ཤིན་ཏུ་བཏང་ཡང་ཟད་མེད་འཕེལ་འགྱུར་བ་ལྷ་ལན་གཅིག་མ་ཡིན་སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཞེས་སོ། དེ་ལྷ་མིན་ན་ཆོས་འཆོང་བའི་ཉེས་པར་འགྱུར་ཏེ། འཇམ་དཔལ་ནམ་པར་འཕྱལ་བའི་མདོ་ལས། ཆོས་སྒྲོན་ཀྱང་ཆོས་ཉན་པ་ནམས་ལ་སྤིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མི་བསྐྱེད་པ་ནི། བདུད་ཀྱི་ལས་སོ། ཞེས་པ་དང་། མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་གེས་ཀྱིས་དོགས་ཏེ་ཆོས་ལ་སྒྲིབ་དཔོན་གྱིས་དཔེ་མ་ཁུད་བྱེད་པ་ཡང་བདུད་ཀྱི་ལས་སོ། ཞེས་པ་དང་། དགོངས་

པ་ངེས་འགྲེལ་ལས། འདོད་མྱིར་སྤྲུག་དམ་ཆོས་སྟོན་བྱེད་པ། རྟེན་གཤམ་འདོད་པ་བཏང་བ་མྱིར་ལེན་  
ཏེ། ཁྱིམ་པ་དེ་དག་ཐང་མེད་རིན་ཆེན་ཆོས། ཐོབ་པར་གྱུར་ཀྱང་སྤང་པར་རྒྱུ་བར་བྱེད། ཅིས་སོ།།

གསུམ་པ་ལ། འཆད་དུས་ཀྱི་ངལ་དུབ་དང་དཀའ་ལས་ལ་སྦྱོབ་པ་མེད་པའི་བཟོན་པ། སྦྱོབ་  
མས་བྱི་བར་བཟོན་པ། གཞན་གྱིས་བཅད་པར་བཟོན་ཅིང་ལན་འདེབས་ནུས་པ་གསུམ་གྱིས་གདུལ་  
བྱ་མེས་སུ་འཛིན་ནུས་པར་འགྱུར་རོ། །འཁོར་(གཙང་ནག་པ་)གྱིས་ལོག་སྐྱབ་བཟོན་པ་དགོས་  
གསུངས་ཏེ་ཕ་རོལ་ལ་ཕན་ངེས་པར་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་དང་ལྡན་ན་དེ་ལྟར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་མེན་པར།  
མ་གསུམ་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། དོ་ཀེར་ཅན་ལྔ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་དང་འགལ་  
བས་ཏེ་ཅང་སྟོ་སྟོ་རིངས་པའི་གཏམ་ཡིན་གྱི། ཆགས་སྤང་གིས་ལོག་པར་སྐྱབ་པའི་བཤད་ཉན་གྱིས་  
མངོན་མཐོའམ་ངེས་ལེགས་ཅི་ཞིག་ལ་ཕན། དེ་ལྟར་ཆོས་དེ་དག་ཆང་བས་བཤད་ན་འཁོར་གྱི་སྦྱོ་  
པོ་ལ་འཛེབས་ཤིང་མཛེས་ལ་ལམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། མདོ་སྤྲོ་རྒྱན་ལས། དེ་ལྟར་སྟོ་བཟང་སྦྱོབ་པ་མེད་ལྡན་  
བཅེ་བཅན། །སྟན་པར་རབ་གྲགས་ཆོག་བཟང་ཤེས་ལྡན་པ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལེགས་  
པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་པ་སྟེ། །བཤད་པས་སྦྱོ་བའི་ནང་ན་ཉི་མ་བཞིན་དུ་ལྷམ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། མངོན་པ་ཀུན་ལས་བདུས་<sup>༡༠</sup>སྟེ། རྣམ་པར་བཤད་པའི་སྟོ་བཅུ་བཞི་དང་  
དུག་གསུངས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། རྣམ་པར་བཤད་པའི་གཏན་ལ་དབབ་པ་གང་ཞེན། གང་གིས་མདོ་  
སྟོ་རྣམས་རྣམ་པར་བཤད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེའང་གང་ཞེན། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དངོས་  
པོ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་དང་། ཡོངས་སུ་  
ཤེས་པ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་འབྲས་བྱ་དང་། དེས་རབ་དུ་ཤེས་པའོ། །ཡང་རྣམ་པར་བཤད་  
པའི་སྟོ་བཅུ་བཞི་སྟེ། རྣམ་པར་བཤད་པ་བསྐྱུ་བའི་སྟོ་དང་། དངོས་པོ་བསྐྱུ་བའི་སྟོ་དང་། ཡན་ལག་  
དང་ཉེ་བའི་ཡན་ལག་གི་སྟོ་དང་། གོང་ནས་གོང་དུ་མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་སྟོ་དང་། སྤྲོང་བའི་སྟོ་དང་།  
ཡིག་ཡོངས་སུ་བསྐྱུར་བའི་སྟོ་དང་། ཆུད་ཟ་བ་དང་མི་ཟ་བའི་སྟོ་དང་། གང་ཟག་རྣམ་པར་བཞག་

པའི་སྒྲིབ་དང་། རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནམ་པར་བཞག་པའི་སྒྲིབ་དང་། ཚུལ་གྱི་སྒྲིབ་དང་། ཡོངས་སུ་གེས་པ་  
ལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་དང་། སྒྲིབ་ས་དང་སྒྲིབ་ས་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་དང་། བཟུངས་ཏེ་བཞེད་པའི་སྒྲིབ་དང་། མངོན་  
པར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲིབ་འོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞུང་ཁ་ཅིག་ལས་དགོས་དོན་བསྐྱུས་དོན་ཆོག་དོན་གསུམ་  
གྱིས་འཆད་ཅིང་། ལ་ལར་སྒྱུ་དང་ཡན་ལག་གི་དོན་གཉིས་གྱིས་འཆད་དོ། །མཆིམས་པ་ནི། དོན་  
བསྟན་པ་དང་གཞུང་བཤད་པ་དང་དེ་དག་ངེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། གཞུང་གི་ངག་དོན་སྐམ་  
ཐོགས་སུ་བསྟན་ཏེ། གང་ལས་འོངས་པའི་འབྲེལ། ཅིའི་ཕྱིར་བཀོད་པའི་དགོས་པ། ཅི་ཞིག་བསྟན་  
པའི་བཞེད་བྱ་གསུམ་གྱིས་ངེས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེས་སྒྲོབ་མ་ཆོས་ཀྱི་དོན་བཟང་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། དཀྱུས་ཀྱི་ཐེམ་སྒྲུབ་གྱིས་ཁྱད་པར་གྱི་གཞི་ངོས་བཟུང་སྟེ། དོགས་སྤང་གི་  
ཚུལ་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་བཤད་ནས་དེས་དོན་དངོས་ཤུགས་ལ་ཇི་ལྟར་བསྟན་དཔྱད་པ་  
སྟེ། དེས་སྒྲོབ་མ་ཆོག་ལ་མཁས་པར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་ནི། དེ་དག་གིས་གཞུང་དོན་ཉོགས་ཀྱང་གཞན་གྱི་ཤོལ་བ་མི་བཞོག་པ་སྤྱད་པས་  
བཤད་ཟིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་འགལ་སྒྲོས་མ་འབྲེལ་ལོ་ཞེས་བསམ་པ་མ་ཉོགས་པའི་བཀལ་བ་བཀོད་ནས་  
དེའི་བསམ་པ་བསལ་བྱེད་ཀྱི་ལན་གདབ་པ་དང་ལུང་རིགས་གཞན་གྱི་ལན་དོན་དགོངས་པ་ཅན་དུ་  
དོགས་པ་སྤངས་པ་སྟེ། དེས་སྒྲོབ་མ་གཞུང་དོན་ལ་ངེས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ནམ་བཤད་རིགས་  
པར།” མདོ་དོན་སྒྲུབ་དག་གིས་ནི། དཔགོས་པ་བསྐྱུས་པའི་དོན་བཅས་དང་། ཆོག་དོན་བཅས་  
དང་མཆོམས་སྒྱུར་བཅས། བཀལ་ལན་བཅས་པ་བསྟན་པར་བྱ། བཀལ་བ་དང་ལན་གཉིས་གཅིག་  
ཏུ་བྱ་བ་ནི་བཀལ་བའི་ལན་གདབ་པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པས། ཐོག་མར་མདོ་ལ་སོགས་པའི་  
དགོས་པ་ཐོས་ནས་ཉན་པ་དང་འཛིན་པ་ལ་འབད་པར་འགྱུར་བས་དགོས་པ་བཤད། དེ་བསྐྱུས་དོན་  
ལས་ཉོགས་པས་བསྐྱུས་པའི་དོན་མདོའམ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ལུས་སྒྲུབ་དང་དོན་གཉིས་སམ། བཞེད་བྱའི་  
དོན་དེལ་ནས་སྟོན་པའོ། །དེ་ཆོག་དོན་ལས་ཉོགས་པས། ཆོག་གི་དོན་བཤད་གཞིར་བཞག་ནས་

ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་ལ་དོགས་པ་བསུ་བའི་སྒོ་ནས་དྲི་ཆོག་དང་ལན་གྱིས་མཐའ་དབྱེད་ནས་འཆད་པ་འཇམ།  
 རོན་གཅིག་ལ་མིང་མང་པོ་དང་མིང་གཅིག་རོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་པ་དང་། སྒྲེའི་ཟུར་གཅིག་ལ་  
 དྲངས་ཏེ་འཆད་པ་དང་། ཡི་གེ་བསྐྱར་ནས་འཆད་པ་དང་། དགག་པའི་སྒྲ་ཁོང་ནས་ཕྱང་སྟེ་  
 ཆོག་བསྐྱར་ནས་འཆད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡང་ན་མ་བཤད་རིགས་པར། མ་པ་བཞི་དག་  
 གིས་ཆོག་གི་རོན་རིག་པར་བྱ་སྟེ་ན་མ་གྲངས་ཀྱིས་དང་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་དང་ངེས་པའི་ཆོག་གིས་  
 དང་རབ་དྲུ་དབྱེ་བས་སོ། །དེ་ལ་ན་མ་གྲངས་ནི་མིང་གཞན་ནོ། །མཆན་ཉིད་ནི་རོན་གང་ལ་  
 མིང་དེ་ཡོད་པའོ། །ངེས་པའི་ཆོག་ནི་མིང་གི་རྒྱ་མཆན་བརྗོད་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །ཁ་ཅིག་  
 ངེས་ཆོག་སྒྲེའི་བཤད་པ་མིན་པར་འདོད་པ་མི་འཐད་དེ། ཨ་བྲ་གི་ཁ་ལ་སོགས་པ་སྒྲེའི་བཤད་  
 པར་གནས་བརྒྱད་<sup>༡</sup> ཉུ་བཤད་པས་སོ། །

མཆན་སྒྲུབ་ནི། རོན་སྒྲུབ་འབྲེལ་བ་དང་། གོ་རིམ་སྒྲུབ་འབྲེལ་བའི་མཆན་སྒྲུབ་  
 ནས་ཆོག་རོན་གྱི་གོ་རིམ་མི་འགལ་བར་ཤེས་སོ། །རིགས་པ་དང་མི་འགལ་བ་དང་སྒྲུབ་ཕྱི་མི་འགལ་  
 བ་ནི་བཀལ་ལན་ལས་ཤེས་པས་སྒྲུབ་པ་བཀལ་བ་དང་རོན་ལ་སྒོལ་བའི་བཀལ་བ་བཀོད་ནས་དེའི་རོན་  
 ལན་གྱིས་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་འཆད་པའོ། །

གསུམ་པ་ནི། གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་དང་། དགོས་པའི་དབང་གིས་དང་། འཇུག་པའི་  
 དབང་གིས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ལ། དབང་པོ་ནི་འབྲིང་རྒྱལ་གསུམ་ལ་བསྐྱུས་འབྲིང་རྒྱུས་པར་འཆད་པ་སྟེ། མདོ་  
 རྒྱུས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གསུངས་པ་བཞིན་དང་། རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོས་  
 དང་། རོན་གཉེར་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་བཤད་བྱ་ཅི་རིགས་པར་སྟོན་པའོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོར་<sup>༢</sup> །  
 ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་པའི་ཆེད་ཀྱི་ཕྱིར། །དེ་དག་ཁྱོད་ལ་གསོལ་འདེབས་ན། །རབ་རྒྱས་བདག་གིས་མ་བསྐྱེབ་  
 ཅས། །ཐོག་མར་ཆོག་དེ་བརྗོད་པར་བྱ། །ཁྱོད་ནི་ཤེས་ཤིང་མཁས་ཡིན་ན། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་



མདུན་དུ་ནི། །བདག་གིས་རི་ལྗར་བཤད་རྩམ་ཞེས། །ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྐད་བརྗོད་པར་བྱ། །འཕྲལ་དུ་  
བརྗོད་པར་མི་བྱ་ཡི། །སྒྲོན་ལ་བརྟག་པ་བྱས་ནས་བྱ། །གལ་ཏེ་སྒྲོན་དུ་ཤེས་གྱུར་ན། །གསོལ་མ་  
བཏབ་ཀྱང་བཤད་པར་བྱ། །འཁོར་ནི་མང་པོ་འཁོར་ནང་དུ། །གལ་ཏེ་ངང་ཚུལ་ངན་མཐོང་ན། །ཁྱོད་  
ཀྱི་ཡོ་བྱད་བསྐྱེད་སེལ་པར་བཤད། །སྤྱིན་པའི་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པར་བྱ། །གལ་ཏེ་འདོད་པ་ཚུང་ཞིག་  
སྟེ། །ཚུལ་བྲིམས་དག་པར་གནས་ཡིན་ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་བྱམས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ། །ཡོ་བྱད་  
བསྐྱེད་སེལ་པའི་གཏམ་གྱིས་ཤིག །གལ་ཏེ་སྤྲིག་འདོད་ཚུང་གྱུར་ཅིང་། །ཚུལ་བྲིམས་ལྡན་པ་མང་གྱུར་  
ལ། །གཉིན་པོ་རྟོན་པ་དེ་ཡི་ཚོ། །ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། དགོས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་མཆན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།  
སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ཅི་རིགས་པར་འཆད་པའོ། །

གསུམ་པ་ལ་སྦྱར་དངོས་རྗེས་གསུམ་གྱི། །སྦྱར་བ་ལ་བཀོད་པ་བཤམས་པ་དང་། དཀོན་  
མཆོག་ལ་གསོལ་བ་གདབ་པ་དང་། བདུད་ཚར་གཅོད་ཅིང་འཁོར་ལ་བྱམས་པས་བྱུབ་པར་བྱ་བ་  
གསུམ་མོ། །དམ་པའི་ཆོས་པ་རྣམས་པོ་ལས། །མཁས་པ་དུས་སུ་སེམས་པར་བྱེད་པ་ན། །ཁང་  
བུར་ཞུགས་ཏེ་དེ་བཞིན་སྒོ་བཅད་ནས། །ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་ཚུལ་བཞིན་སྟེ། །ཡངས་ནས་  
ཞུམ་པ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཤོད། །མཁས་པ་བདེ་ལ་རྟག་ཏུ་གནས་པར་འགྱུར། །བདེ་ལ་འདུག་  
ནས་དེ་བཞིན་ཆོས་ཀྱང་སྟོན། །གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ས་ཕྱོགས་སུ། །ཡངས་པའི་རྩ་ནི་  
རབ་ཏུ་བཤམས་བཞིང་སྟེ། །བཟང་པོའི་ཆོན་གྱིས་ལེགས་པར་ཁ་བསྐྱར་པ། །ཆོས་གོས་གཙང་མ་  
དེས་ནི་རབ་བགོས་ནས། །རྩལ་གཟན་ནག་པོ་དེ་བཞིན་བཤམས་བྱས་ལ། །ཤམ་ཐབས་ཆེ་ཆད་  
ལེགས་པར་རབ་བགོས་ནས། །བཅོས་བྱའི་རས་རྣམས་སྒྲ་ཆོགས་ལེགས་བཞིང་བ། །རྒྱུ་རྟེན་བཅས་  
པའི་བྲི་ལ་རབ་འདུག་ཅིང་། །རྒྱུ་པ་ལེགས་པར་བཀྱས་ཏེ་རྟོག་འཛིག་ནས། །གཤོང་དང་བཞིན་  
གྱི་མདངས་ནི་རབ་སྐྱམ་ཞིང་། །ཆོས་ཀྱི་རྩ་དེ་ལ་ནི་རབ་འདུག་ནས། །སེམས་ཅན་ལྷགས་པ་ཅེ་

གཅིག་གྱུར་ནམས་ལ། །གཏམ་ཡང་ནམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་ཉེ་བར་སྟོན། །དགེ་སྦྱང་དག་དང་དགེ་སྦྱང་  
མ་དག་དང་། །དགེ་བསྟེན་ནམས་དང་དགེ་བསྟེན་མ་དག་དང་། །རྒྱལ་པོ་དག་དང་རྒྱལ་བྱ་ནམས་  
ལ་ཡང་། །མཁས་དེ་ཉག་ཏུ་ཕྱག་དྲིག་མེད་པར་ནི། །སྒྲ་ཆོགས་དོན་ཅན་སྟན་པའི་གཏམ་ཡང་སྟོན།  
།ལེ་ལོ་དག་ཀྱང་ནམ་པར་རབ་སྤངས་ནས། །སྦྱོར་སྒྲུལ་པའི་འདྲ་ཤེས་བསྐྱེད་མི་བྱ། །མཁས་པས་  
མི་དགའ་ཐམས་ཅད་ནམ་པར་སྤང་། །བྱམས་པའི་སྟོབས་ནི་འཁོར་ལ་སྒྲུལ་པར་བྱ། །ཉིན་མཆན་  
དུ་ཡང་ཆོས་མཆོག་རབ་དུ་སྟོམ། །མཁས་པ་དེས་ནི་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་དཔེས། །འཁོར་ནམས་མགྱ་  
ཁིང་དེ་བཞིན་དགའ་བར་བྱེད། །དེ་ལ་ནམ་ཡང་འདོད་པ་རུང་ཟད་མེད། །ཟས་དང་སྒྲིམ་དང་བཟའ་  
དང་བཅའ་བ་དང་། །གོས་དང་མལ་ཆ་ཆོས་གོས་ནམས་དང་ནི། །ན་བའི་གསོས་སྒྲན་དག་ཀྱང་  
མི་བསམ་སྟེ། །འཁོར་ནམས་ལ་ནི་ཅི་ཡང་མི་བསྤང་ངོ་། །གཞན་དུ་མཁས་པ་ཉག་ཏུ་བདག་ཉིད་  
དང་། །སེམས་ཅན་འདི་དག་སངས་རྒྱུ་འགྲུབ་པར་ཤོག །ཡན་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་ཆོས་གང་བཞུན་  
པ་སྟེ། །བདག་གི་བདེ་བའི་ལོ་བྱད་ཀྱན་སྒྲུལ་སེམས། །ཞེས་པ་དང་།

སྒྲ་ཆོས་རྒྱལ་པའི་མདོ་ལས། །དུ་ཐུ། བཤེ་བཤེ་བཤེ་བཤེ་བཤེ་བཤེ། ཨོ་  
ཀྱུ་རེ། མི་ཀྱུ་རེ། ལྷ་ར་ཇི་ཏྲ་ར་དེ་ཡུ་ཀུ་རེ་ཏེ་ཇོ་པ་ཏེ། ཨོ་ལོ་ལོ་ནི། བེ་བཤེ་ཞི་ཆུ་ལེ། མ་ལ་ལུ་  
ན་ལེ། ལུ་ལུ་རེ་ཁ་ཤེ་གསེ། གསེ་ནི། ཨོ་ལུ་ལུ། པ་རི་ལུ་ལུ། ཨོ་ལུ་ལུ་ཤེ་ཏེ་ཏེ། སུ་ཐུ་ཀྱུ་བུ་  
ན་ནི། གི་ཏེ་ཏུ་སུ་ཐུ་ར་པ་ལུ་ཏེ་ནི། བེ་ལུ་ལུ་ལུ་ར་པ་ལ། ལུ་ལུ་ཏུ་བུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ཏུ་ཐུ་ཏེ་ཏུ། སུ་  
མ་རེ་ལུ་ཅ་རི་ཏུ་པ་རི་ལུ་ལུ། བེ་གུ་ལུ་སུ་ལུ་ར་ཀུ་ལེ། སྒྲ་ཆོས་རྒྱལ་ཆོ། འདི་དག་ནི། བདུད་  
ཆར་གཅོད་པའི་ཆོག་ཉིན་མོངས་པ་བསལ་བའི་ཆོག་སྟེ། དེ་དག་ཆོས་སྒྲུབ་དེས་ལེགས་པར་ཁ་ཏོན་  
དུ་བྱས་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཁྲི་ལ་འདུག་སྟེ། བྱང་རྒྱལ་ཀྱི་ནམ་པར་མངོན་པར་བསྐྱབས་པའི་བྱམས་པས་འཁོར་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲུབ་པར་བྱས་ལ་བདག་ལ་སྒྲན་པའི་འདྲ་ཤེས་བསྐྱེད་དེ། ཆོས་ལ་སྒྲན་གྱི་འདྲ་ཤེས་  
དང་། ཆོས་ཉན་པ་ལ་ནད་པའི་འདྲ་ཤེས་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྒྲེས་བྱུང་མ་པའི་འདྲ་ཤེས་

དང་། ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ལ། རྣམས་ཀྱི་ཆོག་འདི་དག་སྤོང་  
དུ་བྱས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ན། དེའི་ཁོར་ཡུག་དཔག་ཚད་བརྒྱ་ཚུན་ཆད་དུ་བདུད་དང་བདུད་  
ཀྱི་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་མིག་བསྐྱར་བའི་ལས་ཀྱིས་ཕྱིར་འོང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །གང་དག་འོང་བ་དེ་དག་  
ཀྱང་བར་ཆད་བྱེད་པར་མི་རྣམས་སེམས་པ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་པས་གཙང་སྤྱོད་དང་ཀྱན་ཏུ་སྤྱོད་པ་གཙང་  
བ་དང་ལེགས་པར་བཀྲས་པ་དང་། ལེགས་པར་གོས་བགོ་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ནི། ཨར་ཕྱིན་དུག་ལྷན་ཏེ། རང་གིས་རྟོགས་པའི་ཆོག་དོན་སྟེར་  
བ་དང་། སློག་སུམ་གྱི་ཉེས་སྤྱོད་སྤྲོམ་པ་དང་། ཆ་གང་ལ་སོགས་པ་གཞོད་པ་སྤོང་པ་དང་། བཤད་  
པ་ལ་སློབ་དང་། དེ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་དང་། ཆོག་དོན་གྱི་འགལ་འབྲེལ་དཔྱད་ཅིང་  
འཆད་པ་རྟེ་དུག་གས། ཡང་ན་སློབ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོས།<sup>༡</sup> ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིན་  
པ་ན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤོང་བ་དང་། སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མི་སྟན་པར་སྤྱོད་པ་ལ་  
སོགས་བཟོད་པ་དང་། མདུན་པ་སྤྱོད་པ་དང་། ཐེག་པ་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་  
པ་དང་། རྒྱ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོད་པ་རྣམས་མི་དམིགས་པའི་གོ་ཆ་  
ཉིད་ཀྱིས་བྱེད་པ་དང་ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་རྗེས་ལ་ཞོངས་པ་བཟོད་པར་གསོལ་བ་དང་། དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོད་པ་དང་།  
སྤོང་པའི་རྣམས་གདབ་པའོ། །

### ཚུལ་སྤྱོད་པའི་མཆན།

༡ གསུང་ཚུལ་འདི་བྱ་རྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས། ལེའུ་དང་པོ། འཆད་ཉན་ལ་འདུག་པའི་ཚུལ་དང་ཡན་ཡོན་བརྟན་པ་ཞེས་  
པ་ལས་བྱུར་འདོན་ཞུས་པ་ཡིན།

༢ ལུམ་བརྒྱ་པ། སློབ་དཔོན་གྱི་འདོད་ཀྱིས་མཛད། ཤོ་ལོ་ག་སུམ་བརྒྱ་ཡོད་པས་སུམ་བརྒྱ་པ་ཞེས་བཤགས་པར་སྤྲང་།

༣ ཚུལ་པའི་རྣམས་གཞན་གཤམ་པ་ཞེས་པའི་མཆན་ཨང་ ༡ པར་གཟིགས།

- ༤ རྩོམ་ས་ལས། རྩོམ་ལས་ཞེས་འབྲེ་བ་མང་། ལེ་ལོ་འབྲེ་བྱ་ག་བདེ་བར་ཞེན་ནས་བརྩོན་པ་མི་བྱེད་པ་སོགས།
- ༥ སའི་སྤང་པའི་འཁོར་ལོ་བཅུ་ལ། བམ་པོ་བཅུ་དང་ལེ་བུ་བཅུ་དལ། ལྷའི་ཏ་ཤང་ཟབ་མོ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལོ་ཙྰ་བ་  
བརྩེ་རྩམ་པར་མི་རྟོག་པས་བོད་རྟེན་དུ་བསྟར།
- ༦ འདི་དང་གོང་གི་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱི་ལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཞི་བ་རྩམ་མཛད་པའི་སྤྱོད་འདུག་གི་ཆོག་ཡིན།
- ༧ འཇམ་དཔལ་རྩམ་པར་འབྲེ་ལ་པའི་མདོ། བམ་པོ་གཅིག་དང་ཤོ་ལོ་གསོ་བཞི་ལ། ལྷ་གར་གྱི་མཁའ་པོ་སྤྱོད་པོ་རྩེ་  
དང་། ལོ་ཙྰ་བ་བརྩེ་ལེ་ཤེས་སྤེས་བོད་རྟེན་དུ་བསྟར།
- ༨ དཔེ་མཁུ་ལུ། གཞུང་ལུགས་ཀྱི་གནད་དམ་མན་ངག་རྩམས་ངན་གཡོ་དང་ཕྱག་དོག་གིས་གསང་སྟེ་མི་སྟོབ་པ།
- ༩ དགོངས་པ་ངས་འབྲེ་ལ། འདི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་ངས་པར་འབྲེ་ལ་པའི་མདོ་རྩེ་ཆེར་འབྲེ་ལ། ཞེས་པ་རྩེ་ནག་ཐང་  
རྩེ་ལ་རབས་ཀྱི་རྩེ་བས་བཅུན་པ་ཡོན་ཆོས་བརྩམས་ཤིང་། འགོས་ཆོས་སྤྱབ་ཀྱིས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྟར་བ་དེ་ཡིན་པར་རྩམ་  
ཞིང་བསྟར་ཁོམ་མ་བྱུང་། དཔེ་ཆ་འདི་བར་རྩེ་བས་རྩེ་ཡིག་ནང་ཆ་མ་ཆང་བར་གྱུར་པས་ལོ་ཙྰ་བ་བརྩམས་པ་ཀྱན་མཁུ་  
གྱིས་བོད་ཡིག་ནས་རྩེ་ཡིག་ཏུ་བསྟར་ཏེ་ཆ་ཆང་བར་བྱས་ཡོད།
- ༡༠ མཛོན་པ་ཀྱན་བྱུངས། ཆོས་མཛོན་པ་ཀྱན་ལས་བྱུངས་པ་ཞེས་པའི་བསྟར་ཆོག་རེད། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད།  
བམ་པོ་ཐུ་ཆེས། ལྷ་གར་གྱི་མཁའ་པོ་སྤྱོད་པོ་རྩེ་པོ་རྩེ་རྩེ་ན་དང་། ལོ་ཙྰ་བ་ཆུ་ལ་བྱིས་པ་བས་བོད་རྟེན་དུ་བསྟར།
- ༡༡ རྩམ་བཤད་རིགས་ལ། རྩམ་པར་བཤད་པའི་རིགས་པ་མདོ་སྤེལ་དུ་མ་བྱུང་པ་དང་བཅས་པ། ལྷ་གར་གྱི་སྟོབ་  
དཔོན་དཀྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད། བམ་པོ་གཅིག་ ལྷའི་དབང་པོ་སྤྱོད་པ་དང་འཇམ་དཔལ་གོ་ཆའི་འབྲུར་ཡིན་པར་  
བྱ་རྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསུངས།
- ༡༢ གནས་བཅུད། གནས་བཅུད་ཆེ་མོ། ལོ་ཙྰ་བ་ལྷེ་བྱི་འདུག་གིས་བརྩམས་པར་གྲགས་ཤིང་། མཛུགས་བྱེད་ཅེ་བྱི་  
འདུག་གིས་བྲུ་ཀ་ར་ཆའི་རྟེན་མདོ་ཅམ་ཞིག་བསྟར་བ་གནས་བཅུད་པའི་ཙྰ་བ་ཐོགས་སོ། ཞེས་གསལ།
- ༡༣ ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མཉམ་པ་ཉིད་རྩམ་པར་སྟོབ་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྩེ་པོ། བམ་པོ་བཅོ་ལྔ་ཡན་ཆད་  
ཆང་བཅོས་ཉིད་ཆུ་ལ་བྱིས་ཀྱི་འབྲུར་ཡིན་པར་བྱ་རྟོན་གྱིས་གསུངས། བོད་རྩེ་ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོར་བམ་པོ་བཅོ་  
ལྔ་དང་ལེ་བུ་མོ་དགུ་ལ། སྤྱི་ཏ་ལྷེ་ལྷེ་བོ་རྩེ་དང་། ལོ་ཙྰ་བ་བརྩེ་ལེ་ཤེས་སྤེས་བསྟར་ཅིང་ཞུས་པར་གསུངས།
- ༡༤ དམ་པའི་ཆོས་པ་རྩེ་དཀར་པོ། བམ་པོ་བཅུ་གསུམ་དང་ལེ་བུ་ཉེར་བྱུན། སྤྱི་ཏ་སྤྱོད་པོ་རྩེ་དང་ལོ་ཙྰ་བ་བརྩེ་སྤྱོད་  
རམ་ལེ་ཤེས་སྤེས་བོད་རྟེན་དུ་བསྟར།
- ༡༥ རྩོ་གྲོས་རྩེ་མཆོས་ཞུས་པའི་མདོ། བམ་པོ་བཅུ་ ལེ་ཤེས་སྤེལ་འབྲུར་ཡིན་པར་བྱ་རྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསུངས།
- ༡༦ རྩོ་བ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོ། ལྷ་གར་གྱི་སྟོབ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོ་ཞེས་ཤིན་མཛོན་རྟོགས་རྩེ་གྱི་འབྲེ་ལ་  
བཏོན་གསལ་དང་། བཅུད་རྩོང་གི་འབྲེ་ལ་ཆེན་སོགས་མཛད་མཁའ་དེ་ཡིན།

# ཀའི་ཞེ་ཕྱུག་ཀའི་རྟོག་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་ཀའི་འཕྲུག་ལ།

ཆོག་དོན་མདོར་བསྡུས་དང་། ཆོག་བྱན་ངོ་སྤྲོད་ཙམ་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་འགྲེལ་བཤེས།

རྩ་མོ་སྐབས།

འདི་འཆད་པ་ལ་སྒྲན་དངགས་ཆེན་པོའི་སྤྲོད་དང་། གཞུང་དོན་གཉིས། དང་པོ་ལ་ཡང་། ཅུམ་གྱི་མཆན་  
བྱང་དང་། ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མེས་བཅོམས་དང་། དངོས་པོ་ངོས་བསྒྲན། ཆོ་ལྷན་ཉན་སྐྱུ་བཅས་ལྟེན།

༣༡། །ཀྱ་གར་སྐད་དུ། །ཁྲ་ཀུམ་ཐུག་དུ། །ཐོད་སྐད་དུ། །གཞོན་ནུ་དུག་གི་  
རྟོགས་པ་བཅོམས་པ། ཞེས་པ་སྟེ། །ཁྲ་དུག་ ཀུམ་པ། གཞོན་ནུ། ཨ་བུ་ཐུག་ཏེ་རྟོགས་པ་  
བཅོམས་པའི་ཞེས་ཀྱ་བོད་སྐད་གཉིས་གན་སྐྱུར་བའི་མཆན་བྱང་སྟེ་གང་ནས་བསྐྱུར་བའི་ཁྲ་ངས་སྟོན་  
པའམ་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་ཕྱིར་རོ། །

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་འགྱུར་ཕྱག་གམ་ཡང་ན་གཞི་འདུལ་  
བ་ལ་གནས་པའི་སྤྲོད་ཚུལ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་བཅོམས་བྱ་སྟོན་ཕྱིར་རོ། །

‘གང་ཞིག་མིར་སྐྱར་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་བའི་རིགས་འབྲུངས་’ཀྱི་དང་བཞིའི་རྒྱལ་སྤྲོད་རྩ་  
བཞིན་དོར་ནས་’དཀའ་ཕྱབ་སྐྱུད། །

‘ཤིང་མཆོག་བྱང་དུ་གཅིག་ཕྱས་བྱུང་དུ་ཀུན་བཅོམ་’རྟོན་དཀའི་བྱང་ཆུབ་ཐུ་མེད་

དམ་པའི་བདུད་ཅི་བསྟེས། །

“འགྲོ་འདི་ཐེག་གསུམ་ལམ་ལ་རབ་བྱངས་ཉིད་མཚུངས་འགོད་ཕྱིར་ལྷ་ངན་ཀུན་བསལ་  
འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་བསྟོར། །

”མཛད་པ་མཐའ་དག་ཚོགས་སྦྲད་སྤྱི་ལའི་ཆལ་དུ་ཞི་བར་རབ་ཞུགས་སྐལ་བའི་དབང་  
པོས་བྱིད་ལ་སྤྱངས།།

”སྐབས་ལས་པའི་བྱགས་ལས་སྐབས་སུ་ཞུགས་པའི་མཛད་པ་གོ་བར་བྱ། །”བརྩམ་མེད་འཁོར་  
གྱིས་རོལ་ཞིང་བྱུང་བྱིད་བསྐྱངས་པ་དང་དེ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་གཉིས། །”རྩོམ་ལ་རབ་དབྱུང་བ་འདྲ།  
”བདུད་རྩི་བཏུལ་བ། “སངས་རྒྱུས་པ། “ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ། ”མུ་ངན་ལས་འདས་པ་སྤྲེལ་མཛོད་ཅ།  
གཤེགས་དང་བཅུམས་དང་རོལ་བ་དང་། ཁབ་ནས་འབྱུང་དང་དཀའ་བ་སྤྱད།  
།བྱང་ཆུབ་ཆེ་དང་བདུད་རྩི་འཛོམས། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྐྱོར་བ་དང་།  
།རྩ་ནམས་ཀུན་གྱིས་ཞུས་པ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་མུ་ངན་ལས།  
།འདས་པ་སྤྲོལ་བར་མཛད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སྟོན་པའི་མཛད་པ་བརྩམ་གཉིས་  
གྱི་སྒྲིན་ལས་པ་བཅུད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། རྩོམ་པ་པོའི་དགོངས་དོན་སྟེ་བོ་ནམས་འཁོར་བ་ལས་ཐར་  
བའི་ལམ་དུ་འགོད་པའི་དགོས་དམིགས་དང་མཐུན་པར། ཐོག་མར་སྟོན་པ་མཆོག་གིས་ཆུ་ལ་རྩི་ལྟར་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་མཛད་པའི་ལམ་སྟོན་དང་བཅས་པའོ། །ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་བཅུད་  
པའི་གིས་བཅུད་བྱུ་མོ། །

”གང་གི་ན་བར་བདུད་ཅིའི་ཐེགས་མ་སྟོ་བྱེད་”མཛོས་སྤྱག་རི་མོས་མིག་ནི་ཀུན་དགའ་བསྟེན། །

”གང་ཞིག་གྲོག་པའི་བྱེ་ཡང་སྐལ་བཟང་ལྡན་འགྱུར་”དོན་སྟོན་ཡིད་ལ་རི་བའི་འབྲས་བྱ་སྟེར། །

“ཤེས་ལྡན་སྟོ་ཡི་བང་མཛོད་རབ་དབྱུང་བྱས་བྱེད་”མི་ཤེས་སྟེ་བོའི་མོངས་པ་འཕྲོག་བྱེད་པ། །

”མཛད་བྱང་དོན་ལྡན་སྤྲེན་དངགས་རྒྱ་ཆེའི་གཏམ་འདི” མཁས་པའི་མདུན་སར་ཞིན་ཏུ་བསྟུགས་པར་འོས། །

ཞེས་པ་སྟེ། འསྐལ་ལྷན་ཅན་མཁན་གང་གི་ན་པར་བཅོད་བྱ་དང་ཅོད་བྱེད་གཉིས་  
ཀྱིས་སྟན་པ། འདི་ཡང་ཡིག་པེ་རི་མོར་བཀོད་པའི་སྐུ་ཅུ་ལ་གྱིས་སྟོག་མཁན་གང་དག་གི་མིག་ལའང་  
མཛེས་པ། འདི་ཉིད་སྟོག་པ་པོར་བཀུ་ཡང་བསོད་ནམས་དང་ལྷན་པ། ཇི་ལྟར་གདམས་པ་བཞིན་  
གྱུ་དོན་བཞིན་སྟོད་པ་དག་གི་ཡིད་ལ་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་མཆོག་སྟེར་བ། “ ཐོས་བསམ་ཤེས་ལྷན་  
ཅན་དག་གི་སློ་གྲོས་ལྷག་པར་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། “དགོ་སྤྲེག་མི་ཤེས་པ་ནམས་ཀྱང་སྒྲུང་དོར་  
གྱི་ལམ་ལ་འགོད་པ། འདི་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་མད་བྱུང་ངམ་རྒྱལ་སྤྲེལ་སྟོད་པའི་དམ་ཆོས་དོན་ལྷན་གྱི་  
སྟོག་གམ་དགོངས་པ་དང་ལྷན་པའི་བཅོད་བྱ་བྱ་ཆེ་བའི་གཏམ་གཞིན་ནུ་དུག་གི་རྟོགས་པ་བཅོད་པ་  
ཞེས་པའི་བཅད་སྟུག་སྟེལ་མའི་སྟན་དངགས་འདི་ལྟ་བུ། འན་དོན་རིག་པ་དང་སྟན་དག་གི་རིག་  
བྱེད་ལ་མཁས་པ་ནམས་རབ་དགེས་བསྟུགས་པར་འོས་པའི་ཚུམ་རིག་དམ་པའོ། །ཞེས་སྟོན་པའི་  
གསུང་མཆོག་གི་བཅོད་བྱའི་སྟངས་པོ་ཅན་གྱི་སྟན་དངགས་ཀྱི་ཆེ་བ་བཅོད་ཅིང་བཅོད་བྱའི་དངོས་པོ་ངས་  
པར་བསྟན་པ་དང་ལྷན་རང་ལའང་སྟོབས་པ་བསྟེན་པ་གོ་བར་བྱའོ། །

འཁོར་བ་པ་ནམས་ནི་སྐུ་ག་བསྐལ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་འབྱུང་གནས་ཉོན་མོངས་  
དུག་གསུམ་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་མོད་ཀྱང་། འདི་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟིང་པོ་  
རྒྱས་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་དད་པ་དང་སྟིང་ཇི་ཤེས་རབ་མཆོག་དང་ལྷན་པ་དག་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་འདིར་ཡོད་པ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྦྱད་པས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་རྟེན་  
པར་དཀའ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་ལ་ཡོངས་  
སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་ཏུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་སྐྱེས་ཏེ་དེ་ལས་  
མི་ཐར་བར་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཁོར་བར་འགྱུར་བའི་འཁོར་བ་པའམ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཟག་བཅས་ལུང་  
པོ་འདི་ནི། འགྱུར་བའི་རྒྱག་བསྟུལ་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་བས་གདུང་བ་དང་། རྒྱག་བསྟུལ་གྱི་རྒྱག་བསྟུལ་

གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་བས་མནར་བ། བྱལ་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱུག་བསྐལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བའི་སྤྱུག་  
བསྐལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་བའི་གནས་དང་། འདོད་ཆགས་ཞི་སྤང་གཏི་མུག་གི་ཉོན་མོངས་དུག་  
ཆེན་གསུམ་པོ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་མོད་ཀྱང་། གཏོད་ནས་དག་པའི་  
གཉུག་མའི་སེམས་སྒྲོ་བྱར་བའི་ཉོན་མོངས་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཀྱང་། དེས་རང་བཞིན་ལ་གོས་པ་  
མེད་པའི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་དྲི་རྩེ་དང་འབྲུ་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བྱུང་བའི་ཀྱན་  
གཞིའི་རྣམ་ཤེས་སམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྲོང་པོའམ། དོན་དམ་བདེན་པའམ། ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་  
རང་བཞིན་གྱི་གནས་པའི་རིགས་དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་ཏེ། རྩོན་གོམས་དགེ་རྩ་ལས་  
ཐོབ་པའི་ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་པའི་རིགས་ཅན། ཤེས་པའི་མོས་གུས་དད་པ་དང་ལྷན་ཞིང་འགྲོ་  
ལ་སྤྲོང་རྩེ་རང་གིས་སྐྱེ་བཞེན་འབྱུང་སྤོང་པའི་རང་བཞིན་ལ་རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་ཤེས་རབ་མཆོག་  
དང་ལྷན་པའི་སྐྱེས་བུ་མཆོག་དག ཆེ་བ་བདུན་ལྷན་གྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་འདིར་སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་  
ཁྲིམས་དང་བཅོད་པ་དང་བཙོན་འགྲུས་དང་བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་བཅས་ཡ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་དུག་  
པོ་རེ་རེ་ཡང་ཐབས་ཤེས་ཟུང་ལྷན་དུ་ལེགས་པར་སྤྱད་པས་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་བམ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་གོ་འཕང་མཆོག་ཀྱང་སྤོང་པར་དཀའ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དགོས་པ་ཆེན་པོ་དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་སྦྱོད་པ་ཡོན་ཏན་མད་དུ་བྱང་བ་ལ་བཙོན་པ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་  
ནི་གོང་གི་བརྗོད་སྤྱོད་སྒྲར་ཡང་གསལ་བར་བྱས་ཏེ་སྐལ་བཟང་སྒོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་ཉན་  
པར་བསྐྱལ་བ་སྟེ། ཉོགས་བརྗོད་འདི་ཉིད་མཇུག་པའི་དགོངས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་ལགས་ན། དགའ་  
ཞིང་གསུམ་པའི་རང་ནས་མཇུག་བར་རིགས་སོ།།

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་འཆད་པ་ལ། སྐྱེ་བོ་མཆོག་དམན་ལྷན་ཅིག་གནས་ཀྱང་སོ་སོའི་རང་  
ཚུལ་མི་མཐུན་པར་སྤོང་པ་དང་། སྦྱིན་པའི་ཡ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པར་བསྐྱབ་པ་སོགས་པར་སྦྱིན་དུག་ལ་  
སྤྱར་བའི་རབ་བྱེད་བདུན་ནོ། །



རབ་བྱེད་དང་པོ་ལའང་། ༡༡༥ ཁོར་ཡུག་ལ་བསྐྱགས་པའི་སྒོ་ནས་ཚིམ་འགོ་བརྩམས་པ་  
དང་། ༡༡༦ གཞིན་ཅུ་དྲུག་པོ་སོ་སོའི་ངང་ཚུལ་རེ་རེ་ནས་ངོ་སྤྱོད་དང་། ༡༡༧ ཁོར་རྩམས་ལྟན་  
ཅིག་ཏུ་གནས་ཀྱང་ངང་ཚུལ་མི་འདྲེས་པར་བརྟན་པ་བཅས་གསུམ་མོ། །

༡༡༨ དེ་ཡང་འདི་སྐད་ཐོས་ཏེ། སྔོན་གྱི་ཆོ་སྤྲོ་ཆོག་པ་འབྱིན་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུལ་བདེ་  
བ། འབྱོར་བ། ལོ་ལོགས་པ། སྤྱི་བོ་མང་པོས་གང་བ། ལོངས་སྤྱོད་ལྟན་སུམ་ཆོག་པ་  
པ་ནི། ལྷ་འི་འཛིག་རྟེན་ལ་འབྲན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་ཏོ། །

འདི་ནི་ཚིམ་པ་པོས་གཞན་ཞིག་ནས་སྔོན་གྱི་བྱང་བ་གང་ཞིག་ཐོས་པའི་ཚུལ་དུ་ཐོག་མར་  
ཡུལ་གྱི་བཀོད་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་བརྟན་ནས་ཚིམ་འགོ་ཚུགས་པ་སྟེ་དངོས་དཔེས་བརྟན་པའོ།  
ས་འཛིན་མྱེད་བས་ཁོར་ཡུག་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར། །ཡངས་པའི་ས་མཆོག་གོང་བྱིར་རྩམས་གྱིས་གང་། །  
སྔོན་སྔོངས་ནུ་ཆལ་འབབ་ཅུ་དུ་མས་བརྟན། །ཡུལ་གྱི་མཛེས་པ་གསར་དུ་ཆོག་པ་བཞིན། །  
དེ་ན་འཁོད་པའི་མི་རྩམས་བྲིམས་ལྟན་ཞིང་། །ལྟན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་སྐལ་བ་ཅན་ཐོས་ནས། །  
ནོར་དང་འབྱུང་དང་རིན་ཆེན་སྤྲོ་ཆོད་པ། །ཡུལ་གཞན་དོར་ནས་བྱོགས་དེར་འདུས་པ་བཞིན། །  
བདེ་དང་འབྱོར་དང་གྲགས་པའི་དཔལ་ཐོབ་ནས། །མཐོ་རིས་བདེ་བ་རྒྱུ་པར་ལོངས་སྤྱོད་ལྱིར། །  
འཛིག་རྟེན་གཞན་དུ་བསོད་ནམས་བྱས་པ་ཡི། །སྤྱི་བོ་རྩམས་ནི་ལྟན་ཅིག་སྤྱིས་པ་བཞིན། །

རྟན་ནི། <sup>༡</sup> ཡུལ་སྔོངས་ལ་བསྐྱགས་པའི་འབྱུང་མིན་གྱི་དཔེ་སྟེ། དཔེ་ཡུལ་གྱུ་གཞན་  
དག་གི་མཛེས་སྤྱུག་མཐའ་དག་འདུས་ཏེ་གསར་དུ་གནས་འདིར་ཆོག་པ་བཞིན་ཞེས་གོ་དགོས། <sup>༢</sup>  
སྤྱི་འགོ་དང་དེའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་བསྐྱགས་པ་སྟེ་སེམས་མེད་རབ་རྟོག <sup>༣</sup> ལྷའི་ལོངས་སྤྱོད་དང་ལྟན་  
པར་བསྐྱགས་པ་སྟེ་ལྟན་ཅིག་སེམས་ལྟན་རབ་རྟོག་གོ། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ས་འཛིན་ནམ་རི་བོ་དུ་མས་ཁོར་ཡུག་གི་མཐའ་ལོངས་སུ་བསྐྱོར་ཅིང་།  
ཁོངས་ཡངས་པའི་ས་གནི་བཟང་པོར་གོང་བྱིར་གྱིས་བྱུང་བ། སྔོན་སྔོངས་སམ་མེ་རྟོག་མང་བའི་སྤང་

དང་སྤང་རི་དང་། རྟགས་ཚལ། རྟག་ཁྱུ་གཙང་མ་དུ་མས་སྤྱོད་མཆོམས་ཀྱན་རབ་དུ་མཛེས་པ།  
དེ་ན་ཡོད་པའི་མི་ཚང་མ་ཡང་དགེ་བཅུའི་བྲིམས་སྤང་ཞིང་གཟུགས་བཟང་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཕུན་  
སྤུམ་ཚོགས་པའི་ལས་ཅན་གྱི་སྟེན་ཡིན་པ། ད་དུང་རྒྱལ་འདུ་རྟེན་གསལ་ལོ་ཏོག་གསེར་དངུལ་  
སོགས་རིན་ཆེན་སྤྲེལ་ཆོགས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་འཛོམས་པ། དགེ་བས་མི་རྣམས་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་དང་།  
རྒྱ་འབྱོར་ཆེ་བ། རྣམ་པའི་གྲགས་པ་རྒྱས་ཏེ་གནས་པ། ཞེས་པའི་དོན་ནོ།།

ཡུལ་དེའི་དབུས་ན་ཚངས་པའི་འབྲུང་གནས་ཞེས་བྱ་བའི་གྲོང་བྱིར་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཆེ་  
ཞིང་ལྷ་ན་སྤྱག་པ། ཁང་པ་འབུམ་ཕྱག་དུ་མ་ཡོད་པ། ཚོང་འདུས་དང་སྦྱིད་མོས་ཚལ་  
དང་། ཅིད་འཛོའི་ཁང་པ་མང་པོས་བརྒྱན་པ། ལྷ་འི་གྲོང་བྱིར་ལྷ་ན་སྤྱག་ལྷ་བྱ་ཞེས་  
ཀྱང་འདུག་གོ།

གྲོང་བྱིར་གྱི་བཀོད་པ་བརྟན་པ་སྟེ་ཆོས་དཔེ་ཡང་ངོ་།།

ར་བ་སེར་པོས་བསྐྱོར་བའི་གྲོང་བྱིར་ནི། །རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་ཁང་པའི་ཚེ་ཏྲ་གྱིས་མཛེས། །  
ཉིན་བྱིད་ཟེར་གྱིས་གསལ་བར་བྱས་པ་ཡི། །པརྫོ་རབ་རྒྱས་གསེར་གྱི་ཐིང་བུ་བཞིན། །  
དེ་ལ་འདུས་པའི་བྱང་བའི་ཚོགས་བཞིན་དུ། །སྦྱི་པོ་མང་པོ་དེ་ན་འདུ་ཞིང་འཁོད། །  
འདོད་པའི་ཡུལ་རྣམས་བསྟེན་པས་ཆོམ་པའི་ཡིད། །སྦྱོ་བས་བསྐྱལ་ཏེ་དགའ་བས་སྤྲུགས་བྱེད། །  
འབྱོར་བ་དུ་མས་བརྒྱན་པའི་ཚོང་འདུས་དང་། །ལ་མཚན་ཅིད་འཛོའི་གར་ལ་བལྟ་བ་ཡིས། །  
གཡེངས་པར་གྱུར་པས་ཉིན་མཚན་མི་བླན་ཏེ། །འདོད་པ་རྣམས་ལ་འདོད་ལྷ་བཞིན་དུ་སྦྱོད། །

རྒྱན་ནི། འ གྲོང་བྱིར་ལ་བརྟགས་པ་སྟེ་ངག་དོན་གྱི་དཔེའོ། ག བྱིད་སྤེལ་ཆོས་དཔེ་དང་  
བྱི་མ་ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བཛྲོད་པའི་རྒྱན། ག ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བཛྲོད་པའི་རྒྱན་དང་དངོས་པོའི་  
དཔེ་འབྲེས་པ་སྟེ། ཆོགས་བཅད་གོང་མ་དང་འདི་གཉིས་ཀས་འདོད་ཡོན་ལ་སྦྱོད་པར་བརྟགས་པའོ།  
ཁད་ནི་བཞིན་པ་ནི། ར་བ་སེར་པོས་མཐའ་བསྐྱོར་བའི་གྲོང་བྱིར་དེའི་ནང་དུ་ཁ་དོག་རྣམ་པར་བཀྲ་

བའི་ཁང་པ་མང་པོས་མཛེས་པར་བྱས་ཤིང་། མི་ཚོགས་ཏེ་ཅང་མང་བ། འདྲིང་པའི་ཡིན་ཏན་ཆང་  
མར་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པས་ཡིད་ཆོམ་ཞིང་དགའ་བས་སྒྲུ་གར་བྱེད་པ། ཆོང་རྩས་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་པའི་  
ཆོང་ཁང་སོགས་དང་། ཡ་མཚན་རྒྱུས་གར་སོགས་ཅིང་མིའི་རིགས་དུ་མས་མི་རྒྱམས་ཀྱི་སེམས་གཡོངས་  
པར་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

ཁ༥ མོང་ཁྱིར་དེ་ན་སྒྲིས་བྱ་སྒྲན་ཞིང་ལེ་ལོའི་རང་བཞིན་ཅན། ཉལ་བ་དང་། གཡོང་  
བ་ལ་དགའ་བ། ལེགས་ཉིས་དཔྱོད་པའི་སྒོ་དང་བུལ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། ཤེས་པ་མི་  
གསལ་བ་དེ་ལ་འཛིག་རྟེན་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ལུན་པ་ཅན་ཞེས་བཏགས་སོ། །

འདི་ནས་མར་འབྲེན་པ་གཞིན་ཅུ་དུག་པོ་རེ་རེ་བཞིན་ངོ་སྤྱོད་པ་སྟེ། འདི་ནི་སྒྲན་གན་གོས་  
ལུན་པ་ཅན་གྱི་ངང་ཚུལ་ཏེ་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ནི་གཏི་ལུག་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ནོ། །དེ་དོན་སྒྲར་  
ཡང་ཚོགས་སུ་བཅད་དེ་སྒྲུས་པ་ནི།

གང་ཞིག་ནག་པོ་བརྟེན་པ་རྩུར་གནག་པའི། །ལུན་པས་སྒོ་མིག་ཡོངས་སུ་བཙེངས་ལྟན་དེ། །  
རྟེན་ཏུ་གཉིད་དང་སྒྲོམ་ལས་འབའ་ཞིག་གོམས། །སྤང་དོར་གནས་ལས་སྒོ་ནི་ཕྱིར་སྤྱོད་ནས། །  
ལེ་ཏུ་པའི་ལས་ནི་གང་གིས་མི་ཤེས་པས། །དེ་ནི་ཉིས་པའི་སྤྱོད་ལ་འདུག་པར་མཁས། །  
གཙང་སྒྲ་མེད་ཅིང་དམན་པའི་གནས་ལ་དགའ། །གཏོལ་པའི་བྲན་བཞིན་དེ་ན་གནས་པར་གྱུར། །<sup>1</sup>

རྒྱན་ནི། རིམ་པ་བཞིན་ཆོས་དཔེ་དང་གཟུགས་ཅན། །དེ་ཡང་དཔེ་ཅན་ལུན་པ་ཞེས་  
པ་སྐབས་འདིར་ཕྱིའི་ལུན་པ་དང་ནང་གི་ལུན་པ་མ་རིག་པ་གཉིས་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། ཕྱིའི་ལུན་པ་ཁ་  
དོག་ནག་པས་མིག་གི་མཐོང་ལམ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། ནང་མོངས་པའི་ལུན་པ་ནི་དཔེ་ནག་  
པོ་བརྟེན་པའི་དུག་བཞིན་གནག་པའམ་གཞིན་པའི་ལུས་པ་ཅན་ཏེ་སྒོ་རིག་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱང་པར་བྱེད་  
པ་ཞེས་གོ་དགོས། ཀྱང་པ་རྩུག་མ་དག་བྱ་བ་རང་བཞིན་བརྫོང་པའི་རྒྱན་ཡིན་པས་རབ་སྟེལ་གྱི་རྒྱན་

ནོ། སྦྱར་བའི་དཔེ་སྟེ། ལུན་པ་ཅན་ནི་དཔེ་གདོལ་པའི་བྱན་གཉིས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ནྣམས་མཚུངས་  
པར་སྦྱར་བའོ། །སྟོམ་ལས་འབའ་ཞིག་ནི་ལེ་ལོ་ཁོ་ནའོ། །ཕྱིར་ཕྱོགས་པ་ནི་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་ལམ་  
ཁ་ཕྱིར་འཁོར་བ་སྟེ་སྐབས་འདིར་ལེགས་ཉེས་སྒྲུང་དོར་ལ་དཔྱད་པར་མི་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །ལུན་  
པ་ཅན་གྱི་ངང་ཚུལ་དེ་དག་གིས་མ་རིག་པའི་སྟོན་བསྟན་པ་འང་གོ་བར་བྱའོ། །

དེའི་སྦྱར་གཉིས་པ་ནི་གཞོན་དུ་འདོད་ལྟའི་བྱ་ཞེས་བྱ་བ། གཟུགས་བཟང་ཞིང་  
བཞིན་རས་མངེས་པ། འབྱ་དང་ནོར་བསྐྱང་བ་ལ་གོ་མས་ཤིང་། ནོར་རྩས་མང་པོས་  
འབྱོར་བ། ཉག་དུ་གླུ་དང་། གར་དང་། དགའ་མའི་གཏམ་གྱིས་དུས་འདའ་བ། འདོད་  
ཡོན་ལ་ལྷག་པར་སྲིད་པས་བཀྲམ་བ་དང་མེར་སྐྱའི་དབང་དུ་གྱུར་ཏི། ལྷན་པ་དང་ཆོག་  
ཤེས་པ་ལས་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་ཞིག་འདུག་གོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །

སྦྱན་ནན་པ་གཉིས་པ་འདོད་ལྟའི་བྱ་ཞེས་པས་འདོད་ཆགས་མཚོན་པ་ཡིན། དེ་དོན་སྒྲར་  
ཡང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི།

གཟུང་དང་ལང་ཚོ་རྟེན་པ་ནྣམ་རྒྱས་ཤིང་། །ཉག་དུ་ནོར་དང་དགའ་མའི་གཏམ་ལ་ཆུ། །  
སྲིད་པའི་ཆང་གིས་ཀུན་དུ་ཁྲོས་པའི་ཡིད། །བག་མེད་གུར་པས་ངོ་ཆའི་གོས་དང་བྲལ། །  
ལུས་ངན་ལྟ་བུའི་ནོར་གྱིས་ལྷག་གུར་ཀྱང་། །ཆོག་ཤེས་མེད་ཅིང་འདོད་ལ་སྲིད་པའི་མིག །  
གང་གིས་ཡིད་འོང་དངོས་པོ་ནྣམས་མཐོང་བ། །དེ་ནི་བདག་གིར་མ་བརྩུང་འགའ་ཡང་མེད། །

རྒྱན་ནི། ཨ་ ཡན་ལག་གཉིས་ཅན་གྱི་གཟུགས་རྒྱན་ཏེ། །ཡང་ན་རང་བཞིན་བཟོད་པ་  
དང་གཟུགས་ཅན་སྟེལ་མའོ། །དེ་ཡང་འདོད་ཡོན་ལ་སྲིད་པའི་དབང་གིས་བག་མེད་ངོ་ཆ་དང་བྲལ་  
བཞི་དཔེ་ཆང་གིས་བཟེན་ས་ངོ་ཆ་མེད་པར་གུར་པ་དང་མཚུངས་པར་བཟོད་པས་མཚུངས་ཆོས་དངོས་  
བསྟན་གྱི་ཆོས་གཟུགས་རྒྱན་ཡིན།

ཐོག་མ་ཆོས་དཔེ་དང་ཐ་མ་རབ་ལྟོག་ལུལ་བྱང་གི་རྒྱན་དུ་འདོད། ལུས་ངན་ནི་བྱང་སྟོང་

ནམ་ཐོས་ཀྱི་སྤྲུལ་རྟོག་ལྟེ་མིང་གི་མངོན་བརྟུན་དེ། ཀྱང་པ་གསུམ་དང་མཆོང་བ་བརྟུན་ཅན་མི་སྤྲུག་  
པ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །འདོད་ལྟེ་འཁྲུང་ངང་ཆུལ་འདིས་དོན་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་  
བསྟན་པ་འདྲ་གོ་བར་བྱེད། །

དེའི་སྤྲུག་གསུམ་པ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་གཏུམ་ཞིང་དག་ཤུལ་ཆེ་བ། མདོག་ནག་ཅིང་  
སྒྲོ་དང་ཁ་སྤྲོ་སེར་བ། བཞིན་འདྲུམ་པ་དང་བྲལ་བ། ལུས་རྩ་ལ་ཆེ་ཞིང་མཚོན་ཆ་དང་  
སྒྲོགས་དང་འཕྲུལ་འཁོར་སོགས་ལ་མཁས་པ། གཞན་ལ་སྤང་ཞིང་བཟོད་པར་དགའ་བ་  
དག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་བྱུང་ངོ་། །

སྤྲུག་གསུམ་པ་དྲག་པོ་ཞེས་པས་ཞེ་སྤང་མཚོན། དེ་དོན་སྤྲུལ་ཡང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི།  
དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་འདྲི་ཏུང་གཟུང་འདྲིན་པ། །དཔལ་ཞིང་རྩལ་ཤོད་དག་འཐབ་ནམས་ལ་མཁས། །  
སྒོ་ཞིང་མི་བཟོད་དག་པོའི་ཤུར་འཆང་བ། །ཆེག་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་སྤྱོ་བོ་སྤྲུག་པར་འགྱུར། །  
སྤྱོ་བོ་ནམས་ལ་གཤིན་རྗེའི་པོ་ཉ་བཞིན། །སྤྲིག་ལ་སྤྱིད་པ་སྤྱིན་པོ་མངོན་སུམ་བཞིན། །  
མཐུ་རྩལ་ཆེན་པོ་ལྷ་མིན་དཔལ་པོ་བཞིན། །མ་རུངས་རྩེ་མ་པས་གཞན་ལ་འཆོ་བར་བྱེད། །

ཀྱན་ནི། འཕྲུལ་བྱུང་ཉམས་ལྡན། ཀྱང་པ་ཐོག་མ་གཉིས་དངོས་དཔེ་དང་ཐ་མ་གཉིས་  
ཆོས་དཔེ་སྟེ་དཔེ་ཀྱན་སྟེ་ལ་མ་དང་། འདི་དང་གོང་མ་ལ་དྲག་ཤུལ་དང་འདིགས་རུང་གི་ཉམས་ཀྱང་  
ལྡན་ནོ། །དྲག་པོའི་ངང་ཆུལ་དག་གིས་ཞེ་སྤང་གི་ཉེས་དམིགས་མཚོན་པ་འདྲ་གོ་བར་བྱེད། །

དེའི་སྤྲུག་བཞི་པ་ནི་སྤྲུལ་ནམས་དང་ཆུལ་མི་འདྲ་སྟེ། །དད་པ་དང་། བརྩོན་  
འགྲུས་དང་། དན་པ་དང་ལྡན་ཞིང་ཡོད་ཤིན་ཏུ་སྤྱོ་བས་འདིག་རྟོག་གི་བྱ་བ་ལ་སྒོ་མི་འདུག་  
པ། དབེན་པ་ལ་དགའ་ཞིང་དགོན་མཚོག་མཚོད་པ་ལ་བརྩོན་པ། སྤྲིག་པའི་གོ་སྤྲུལ་  
མི་འབྱེད་པ། དག་པོ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་འདུག་གོ། །

ཞེས་སྤྲུག་བཞི་པ་དག་པོ་ཅན་ཞེས་པས་ཆོག་ཤེས་སམ་ངེས་འབྱུང་མཚོན་པ་ཡིན། དེ་དོན་

སྤར་ཡང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི།

ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་བར་གྱུར་པའི་ཡིད་ཅན་དེ། །འཁོར་བའི་བྱིམ་ནི་བཙོན་དུ་ལྷ་བྱར་མཐོང་། །  
འདྲོད་པའི་ཡོངས་སྒྲོད་དུག་ཅུ་འབར་ཤེས་ནས། །འབྱོར་བ་ནམས་ལ་ཕྱག་དར་རྩ་བཞིན་ལྷ། །  
འདྲ་འཛིས་འཛིན་ཤིང་དབེན་པར་གཤམ་སྤྲེལ་འཁོད། །དད་པའི་མཆི་མས་མིག་ནི་ཡོངས་བཀའ་སྤྲེ། །  
ཉིན་དང་མཚན་དུ་དཀོན་མཆོག་མཆོད་བཙོན་པ། །བསོད་ནམས་འབྲས་བྱེད་མས་པ་མེད་པ་འབྲ། །

ཐུན་ནི། འདྲོས་དཔེ། འཕེལ་སྤྱོད་ཐུན་ཏེ། བྱ་བ་རང་བཞིན་བཤེད་པ་དང་རབ་  
རྟོག་པ་ལ་བའེས་ཤིང་། རང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཐུ་ཡང་དོ། །དུང་འདི་གཉིས་ལ་བྱ་ངན་དང་ཞི་བའི་  
ཉམས་ལྡན་དུ་ཡང་ཤེས་པར་བྱ། འདྲ་སྤྱོད་འདི་དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་སྟོན་པའི་མཚུངས་སྤྱི་མེན་པར་  
དགེ་བའི་ལས་ལ་འབད་པའི་ངང་ཚུལ་དེ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བྱས་ཡིད་ཆོམ་པ་མེད་པ་དང་འདྲ་  
བར་སྤང་དོ་ཞེས་པ་རྩོམ་པའི་ངང་ཚུལ་ལ་དོན་མཐུན་གྱི་རབ་རྟོག་བྱས་པའི་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་  
སྤྱི་ཡིན་ལ། རབ་རྟོག་པ་ལ་བཞེས་ཕྱེད་ཆེན་པོས་བཤེད་པའི་རབ་རྟོག་དེ་ནི་མ་ཡིན་པའོ། །དགེ་བ་  
ཅན་གྱི་ངང་ཚུལ་འདིས་ཆོག་ཤེས་དང་ངེས་འབྱུང་གི་ཕན་ཡོན་བསྟན་པའང་གོ་བར་བྱའོ། །

དེའི་རྩ་བོ་ཞིག་ དམ་པའི་སྒྲོད་པ་ལ་ལེགས་པར་བསྐབ་པ། སྤྱིང་ཐེ་ཆེན་པོས་  
ཡིད་བཟན་པ། སེམས་ཅན་ནམས་ལ་ཕན་པར་བཙོན་པ། རང་གི་སྒྲོག་ལའང་མི་ལྷ་  
བར་གཞན་གྱི་དོན་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་ཞིག་བྱང་བས་དེ་ལ་སྤྱོད་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་མཉེས་གཞིན་  
བཟང་པོ་ཞེས་འཕོད་ཅིང་ལྷག་པར་དགའ་བར་གྱུར་ཏོ། །

སྤྱི་ཐེ་བའུ་བོ་མཉེས་གཞིན་བཟང་པོས་སྤྱིང་ཐེ་དང་བཟོད་པ་མཆོན། དེ་དོན་འདི་སྤར་ཡང་  
ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི།

བྱམས་དང་སྤྱིང་ཐེའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་དེ། །དབྱ་བོ་ལ་ཡང་པ་མ་བཞིན་དུ་ལྷ། །  
ཡོངས་པ་ནམས་ལ་མཉེས་གཞིན་བཟང་པོ་སྤྲེ། །སྒྲོག་ལའང་མི་བཟླ་གཞན་ཕན་སྤྱོད་ལ་འབད། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་པ་འཁྱིལ་པོ་མཐོང་བ་ན། །དེ་ནི་དེ་བས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགྱུར། །  
གཞན་དག་བདེ་བས་དེ་ཡིད་དགའ་གྱུར་བ། །རང་ཉིད་བདེ་བས་དེ་ཅམ་མགུ་བ་མེད། །<sup>1</sup>

ཐུན་ནི། <sup>1</sup>དངོས་དཔེ་དང་ཆོས་གཟུགས་འདྲེས་པ། ཆོས་གཟུགས་ཞེས་པ་ནི་ཆོས་དཔེ་  
ལྟ་བུའི་གཟུགས་ཅན་ཏེ་རྩ་བོ་འདི་ནི་ཡོངས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་མཐོང་དུས་དེ་ལ་རབ་ཏུ་བྱམས་ཤིང་བཙེ་  
བའི་གྲོགས་མཆོག་ཡིན། གང་གིས་ཤེ་ན་སྒོག་ལའང་མི་བཟོ་བར་གཞན་ཕན་སྐྱབ་པའི་མཆུངས་ཆོས་  
ཀྱི་སྒོ་ནས་སོ་ཞེས་འགྲེལ་དགོས་པས། འདི་ལ་ཁོ་བོས་ཆོས་གཟུགས་ཞེས་མིང་གསར་པས་བསྟན་  
པ་ལགས། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདི་འདྲར་དཔེ་ཅན་རང་ཉིད་མཉེས་གཤིན་བཟང་པོ་དངོས་ཤིག་ཡིན་  
པས་དེ་དཔེ་རུ་བཀོད་པ་མིན་པར་འདོད་ཀྱང་ཆོག་མོད། སྐབས་འདིར་གཞིན་ཅུ་དེ་ནི་ཕ་རོལ་དགྲ་  
རྣམས་ལ་མཆོན་ན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་དང་། དེ་བཞིན་དབྱེ་བའི་རྣམས་ལ་མཆོན་ན་གང་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན་ཚུལ་དཔེའི་སྒོ་ནས་བརྟུན་ཀྱིན་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། <sup>2</sup> འདི་ལའང་བསྐྱར་བའི་དཔེ་ཞེས་  
བརྟུན་དེ། གཞིན་ཅུ་གང་གི་གཞན་དག་གི་བདེ་སྤྱག་མཐོང་བ་དེས་རང་ཉིད་བདེ་སྤྱག་གི་ཆོར་བ་གང་  
འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་བདེ་སྤྱག་དངོས་སུ་སྤྱོང་བའི་སྐྱེ་བོ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ལྷག་པའི་ཞེས་དེ་དང་  
བསྐྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟུན་པ་གསལ་ལོ། །མཉེས་གཤིན་བཟང་པོའི་ངང་ཚུལ་འདིས་སྟོང་རྗེས་བཅས་  
པའི་བཟོད་པའི་ཕན་ཡོན་མཆོན་པའང་ཡིན། །

སྤྱན་དྲུག་གི་ཐ་ཆུང་གཞིན་ཅུ་ལེགས་པའི་སྒོ་གྲོས་བྱ་བ། མཁས་ཤིང་ཡིད་གཞུངས་  
པ། ཤེས་རབ་དང་སྒོ་བས་པ་ནི་མཆོག་ཏུ་གྱུར། སྤང་བ་དང་དོར་བའི་གནས་བརྟགས་པ་ལ་  
ནི་མཁས། བཟོའི་གནས་དང་རིག་བྱིད་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ནི་བྱང་། ཏན་དང་ཤེས་  
བཞིན་དུ་ནི་སྟོད། བྲམ་ཟེ་དང་ཤན་རབས་ལ་ནི་གུས། ཡོངས་པ་དང་མགོན་མེད་པ་རྣམས་  
ནི་ཡོངས་སུ་སྟོང་། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་དང་འདྲ་བས་གདམས་དག་སྟོན་པར་བྱིད་  
དེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་དང་རྟག་ཏུ་འདིས་པ་ཞིག་བྱུང་བར་གྱུར་རྟོ། །

སྤྱི་ཆུང་ཤོས་ལེགས་པའི་སྒོ་གྲོས་ཞེས་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཆོན་བྱེད་དུ་ལོ། །དེ་དོན་སྒྲུབ་  
ཡང་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནི།

སྒོ་ལྡན་དེ་ནི་མཁས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་མེད། །ཆེན་པོར་གྱུར་ཀྱང་ཉམ་ཆུང་བྱུང་མི་གསོད། །  
གཞོན་ཡང་ལང་ཆོའི་དྲེད་པས་རྒྱུ་དང་བྲལ། །བདེ་ཞིང་འབྱོར་ཡང་འདོད་པས་སྒྲོས་མ་གྱུར། །  
འཛིག་རྟེན་གཙུག་ལག་གཞུང་ལུ་ཐི་སྟེད་པ། །དེ་ཡི་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་ཅི་ཞིག་ཡོད། །  
ཤིན་ཏུ་སྤངས་པས་སྤང་དོར་གནས་ན་མས་ཀྱན། །སྒོ་ཡིས་རྟོར་ཏེ་ལེད་པའི་ཚུལ་ལ་འདུག། །  
དྲི་མ་མེད་ཅིང་གསལ་བའི་སྒོ་གྲོས་ནི། །ཆམས་ཡོངས་རྫོང་སྟོན་སྒྲུབ་དཀྱིལ་འཁོར་བཞིན། །  
འགོ་བ་དག་ལ་པན་པའི་ལམ་སྟོན་པ། །སྒྲི་བྱ་ན་མས་ལ་ཉི་མ་ལྟ་བུར་སྤང་། །  
ཀྱན་གྱི་རི་སྒོང་དཔག་བསམ་སྟོན་པ་བཞིན། །མང་པོས་བཀྱར་བས་སྒྱོང་ཆེན་པོ་བཞིན། །  
ལྟན་པོ་བཞིན་དུ་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་བཟིད། །འོད་ཟེར་སྟོང་ཕྱག་ལྡན་པས་པས་འཁྱུང་གཉིན། །  
ཀྱ་སྤྱང་རྒྱས་པའི་ཐེང་བས་ཡིད་བཞིན་མཚོ། །ནཱ་ཆལ་ན་མས་ཀྱིས་རི་པོ་བརྒྱན་པ་ལྟར། །  
ཡོན་ཏན་ཚོར་ཀྱིས་སྒོ་ཆེན་འདི་ཉིད་མཛེས། །དེ་ཡི་མིང་ནི་ལེད་པའི་སྒོ་གྲོས་ཞེས། །  
ཤེས་ལྡན་ཀྱན་གྱི་ན་བའི་རྒྱན་དུ་གྱུར། །ངག་གི་སྤང་བུས་ལེགས་པར་བརྒྱས་པ་ཡི། །  
ཡོན་ཏན་གྲགས་པ་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་བཞིན། །

རྒྱན་ནི། ལོན་ཏན་འགལ་བའི་རྒྱན། འདི་ལ་བྱི་བ་ལུལ་བྱང་གི་རྒྱན་ཞེས་  
མིང་འདོགས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱི་བའི་ཚུལ་དུ་ལུད་ཆེན་པོས་བཟོད་པས་སོ། ། འཆོས་དཔེ།  
“རིམ་བཞིན་ཆོས་དཔེ་དང་རྒྱ་དཔེ། ཡང་ཆོས་དཔེ་རྒྱ་དཔེ། “བསྐྱགས་པའི་དཔེ། ” རིམ་བཞིན་  
གྱུར་པའི་གཟུགས་རྒྱན་དང་མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་ཅན། དངོས་དཔེ་བཅས་སོ། ། གྱུར་པའི་  
གཟུགས་རྒྱན་ཞེས་པ་ཡང་ནམ་རྒྱུ་གྱི་ཕྱད་བསྐྱས་མ་བསྐྱས་པ་དང་། རྒྱུ་གཟུགས་ཅན་དང་ཡང་  
མི་འདྲ་བར་དཔེ་ཅན་གང་དེ་དཔེ་དེའི་ངོ་བོར་གྱུར་སོང་བའི་ཚུལ་དུ་བཟོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་འདི་ལྟར་



བདགས་ན་འོས་པར་བསམས་སོ། །དེ་ཡང་། མེན་མོའི་འདྲ་ཟེར་ནི། མེ་ཏིག་ཏུ་གྱུར་དཔྱིད་གྱི་  
དཔལ། ཞེས་བརྟུན་ཚུལ་དང་འབྲེལ། འདི་ནི་འབྲེལ་སྒྲ་བསྟན་པའི་བརྟུན་ཚུལ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་  
པས་མིང་ཡང་གསར་པས་བསྟན་ན་དཔྱག་པ་ཅན་གྱི་དགོངས་པ་ལས་འདས་པའི་སྟོན་གྱིས་ནི་མི་བསྟན་  
པར་འཆའ།

ལེགས་པའི་སྒྲིགས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་འདིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བསྟན་པ་འདྲ་གོ་བར་བྱའོ། །གཞན་  
ཡང་འདྲེན་པ་འཕམ་མི་སྒྲ་འདི་དག་ལས་རྒྱུན་ཅན་པ་གསུམ་པོས་དགེ་བ་ལས་ལོག་པའི་རྟོག་པའི་ཚུལ་དང་།  
རྒྱུན་གཞིན་པ་གསུམ་གྱིས་དེའི་རྟོག་ཕྱོགས་དགེ་བའི་ལས་ཚུལ་མཆོན་པས་ན་ཕྱོག་གསུམ་ལ་ངང་ཕྱོགས་  
ཀྱི་མི་སྒྲ་དང་ཅིག་ཤིས་དག་ལ་རྟོག་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སྒྲ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ།

ག། དེ་ལྟར་གཞིན་ནུར་གྱུར་པ་སྟན་དུག་པོ་དེ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྟོན་ཅིང་། འདི་ག་རྟོན་  
གྱི་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་གསལ་བར་སྟོན་པའི་མེ་ལོང་བཞིན་དུ་གོང་ཁྱིར་དེ་ན་འཁོད་དོ། །

འདི་ལ་སྟོན་མེད་དཔེ་བྱ་ན་ཞེས་འདོགས་འོས་ཏེ། སྟོན་ཡོན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཡིན་པས་སོ། །

མེ་ཡི་ཤོད་དང་རྩུང་གི་ཤུགས་ལྟར་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་ཏག་ཏུ་འགྲོགས་ལྟར་གཞིན་ནུ་

དེ་དག་ལྟན་ཅིག་གནས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་སྟོན་པ་མཚུངས་མ་གྱུར། །

སྟན་གྱི་ཤིང་དང་དུག་གི་ནགས་ཆལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་མཉམ་དུ་སྟེ་ཡང་ཕན་དང་

གནོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ནུས་པ་སོ་སོར་སྟོན་པ་མཐོང་། །

རང་བཞིན་ནག་པོའི་སོལ་བ་ལ་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟར་ཚུ་ཡིས་བཀྱས་ཤིང་རས་དཀར་

བཟང་པོས་ཡང་ཡང་བྱིས་ཀྱང་ཁ་དོག་དཀར་པོར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །

འདམ་རྩེ་ལས་སྟེས་འདབ་བརྒྱ་ལྟར་ལྟར་པ་འདམ་ནང་གནས་ཀྱང་འདམ་གྱིས་མི་གོས་དྲི་

མ་མེད་ཅིང་དཀར་བའི་མདོག་ཅན་ཚུ་གཏིར་ནམས་ཀྱི་བྱུར་དུ་གྱུར། །

འདི་ནི་རབ་སྤེལ་གྱི་བྱ་ན་ཏེ། དཔེ་བྱ་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་བྱ་ན། འགལ་བའི་

ལྷན་དང་བཅས་པའོ། །དེ་ཡང་ཞིབ་དུ་དེ་ཉེ་ན་རྒྱ་པ་དང་པོར་གཞིན་ནུ་སྒྲིན་ཅན་གསུམ་དང་ཡོན་  
 ཏན་ལ་གནས་པ་གསུམ་པོ་དག་མཉམ་གཅིག་དུ་གནས་པ་ནི་མེ་ཡི་བྱོད་ནི་རྒྱུ་གི་ཁྲོད་དུ་ལྷན་ཅིག་གནས་  
 པ་འདྲར་བཅོད་པ་ནི་དཔེ་ཡི་ངག་དོན་དེས་དཔེ་ཅན་གྱི་ངག་དོན་གང་མཚོན་པ་ཡིན་ལ། ཡང་ལྷན་  
 ཅིག་གནས་ན་ཡང་ཕན་ཚུན་སྒྲིད་པའི་རང་བཞིན་མི་མཐུན་འགལ་བར་གྱུར་པས་ན་རང་བཞིན་འགལ་  
 བའི་ངག་དོན་དཔེ་ཞེས་འདོགས་པར་འོས་གིང་། རྒྱ་པ་གཉིས་པར་སྒྲན་དང་དུག་གཉིས་ནགས་  
 ཚལ་གཅིག་དུ་སྒྲིས་ཀྱང་དེ་དག་གི་ཕན་གཞིད་ཡོན་ཏན་སོ་སོར་སྒྲིན་པར་འགྱུར་བའི་དཔེ་གཞན་བཀོད་  
 པས་ན་གཞི་ཐ་དད་པའི་ཡོན་ཏན་འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་དཔེ་ཞེས་འདོགས། རྒྱ་པ་  
 གསུམ་པར་སོལ་བ་བཀྲས་ཀྱང་དཀར་པོར་མི་འགྱུར་བ་ནི་གཞི་གཅིག་གི་བྱ་ལས་འགལ་བའི་དཔེ་དང་།  
 བཞི་བར་པ་རྒྱ་འདམ་ལས་སྒྲིས་ཀྱང་འདམ་གྱིས་མི་གོས་པར་བྱེ་མེད་དཀར་བ་ཞེས་པ་ནི་གཞི་གཅིག་  
 གི་ཡོན་ཏན་འགལ་བའི་དཔེའོ། །འདིར་འགལ་བའི་དཔེ་ཞེས་བཀགས་དོན་ཡང་དོན་ལ་དངོས་པོ་  
 དེ་དང་གཞིན་ནུ་སྒྲིན་ཅན་གསུམ་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་གསུམ་པོའི་དཔེ་རུ་བཀོད་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། དཔེ་  
 ཅན་ཡང་ཡང་མ་སྒྲིས་པར་ཐོག་མར་བཅོད་པ་གཅིག་ཕུས་གོ་བར་བྱ་དགོས་པས་ན་དཔེ་ཅན་གྲགས་  
 བལྟན་གྱི་དཔེ་ཡིན་པས་སོ། །

དེ་ལྟར་དམ་པ་དང་དམན་པ་ནམས་ལྷན་ཅིག་དུ་སྒྲིས་ཀྱང་ཡུན་རིང་པོར་ལེགས་པ་དང་  
 ཉེས་པའི་སྒྲོད་པ་གོམས་པའི་ཕྱིར་ངང་ཚུལ་མཚུངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །རབ་དུ་བྱེད་པ་དང་པོའོ། །

གོང་གི་བཅོད་དོན་མདོར་བསྡུས་ཏེ་ལེའུ་དང་པོ་རྒྱུགས་པའོ། །

(འདོན་ཐངས་རྒྱུ་མར་མུ་མཐུད་གཞིགས།)

རྩ་མོ་སྒྲུབས། ལྷག་མིང་ལ་ཆབ་བྲག་པོ་ཉ་སོགས་ཟེར། ད་རྩ་ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སྒྲིབ་གཉེར་ཁང་གི་ཚུམ་  
 དགེ་དང་། ཚལ་པ་དུས་དེབ་ཀྱི་ཚུམ་སྒྲིག་པ། བོད་ཀྱི་ཚུམ་པ་པོའི་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་གཞིན་བཅས་རེད།

# ༡༡། རྒྱལ་བྱ་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འགོ་དང་ལམ་གྱི་ངོ་སྤྲོད་མདོ་ཙམ་ བརྗོད་པ།

འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ།

གང་གིས་ཡང་དག་ལམ་ནས་བདེ་བར་གཤེགས། །

གཤེགས་པའི་ལམ་བཟང་འགོ་ལ་བརྩེ་བས་བརྟན། །

བརྟན་དོན་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་བཞེད་པས་འཕགས། །

འཕགས་ཆོགས་དགེ་འདུན་བཅས་པར་སྐྱབས་སུ་མཆོ། ཁྱིམ་མཆོད་པ་བརྗོད་པ་

སྤྱིན་དུ་བཏང་ནས་སྐྱབས་འདིར་སྐྱབས་འགོའི་སྐྱར་རུང་ཞིག་བཤད་ན།

དང་པོ་སྐྱབས་འགོ་ཞེས་པའི་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན་ནི།

སྐྱབས་ཞེས་པ། ཉེས་སྦྱོན་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པའོ། །དཔེར་ན། བྱིས་པ་གཡང་དུ་  
ཟག་པར་ཉེ་བ་ལས་སྤང་བར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །འགོ་ཞེས་པ་ནི། ཉེས་པའམ་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་  
བཅས་པའི་མི་དེས་རེ་བ་བཙོལ་བའོ། །དཔེར་ན། བྱིས་པ་གཡང་དུ་ཟག་ལ་ཉེ་བ་ན་དེས་རང་ཉིད་  
སྦྱོབ་པ་པོར་རེ་འདོད་དང་སྐད་འབོད་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

སྐྱབས་ཡུལ་དེར་གངས་གཞོན་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། སྐྱབས་ཡུལ་དེར་གངས་གསུམ་ཡོད་དེ།

༡༥ སངས་རྒྱལ་དང་། ༡༦ ཆོས། ༡༧ དགེ་འདུན་བཅས་གསུམ་ཡོད་དོ། །

སྐབས་ཡུལ་དེར་གསུམ་བཞག་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ། སྐབས་ཡུལ་དེར་གསུམ་བཞག་དགོས་དོན་ནི། ༡༥ སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་སྐབས་སྟོན་པ་པོ་ཡིན་པས་སྐབས་སུ་བཞག་དཔེར་ན། ནད་པ་ནད་ལས་སྦྱོབ་པར་ནད་དེ་གང་ཡིན་སྟོན་སའི་སྒྲན་པ་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། ༡༦ ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི། སྐབས་དངོས་ཡིན་པས་སྐབས་སུ་བཞག་དཔེར་ན། ནད་ལས་དངོས་སུ་ཐར་བར་བྱེད་མཁན་སྒྲན་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། ༡༧ དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ནི། སྐབས་ཀྱི་ཆེ་གོགས་ཡིན་པས་སྐབས་སུ་བཞག་དཔེར་ན། ནད་གཡོག་གིས་ནད་པར་སྐབས་སོ་སོར་དགོས་མཁོ་སྦྱོན་ནས་ནད་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པས་སོ།།

ཅིའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱལ། ཆོས། དགེ་འདུན་ལ་དཀོན་མཆོག་ཅེས་བཏྲོད་དམ། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དང་འབྲུ་ཆོས་དྲུག་ཆང་བས་དེ་ལྟར་བཏྲོད་དོ། འབྲུ་ཆོས་དྲུག་ཀྱང་ཡོད་དེ། ༡༥ ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་དཀོན་པ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཡང་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་དཀོན་ནོ།། ༡༦ ནོར་བུར་གཡལ་ལ་སོགས་པའི་དྲི་མ་མེད་པ་ལྟར། དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཀྱང་ཉེས་སྟོན་གྱི་དྲི་མ་མེད་པའོ།། ༡༧ ནོར་བུར་དབུལ་བ་སེལ་བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཀྱང་གདུལ་བའི་སྐྱུ་ག་བསུལ་སེལ་བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པའོ།། ༡༨ ནོར་བུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྒྱན་ཡིན་པ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཀྱང་ཐར་འདོད་རྣམས་གྱི་རྒྱན་ཡིན་ནོ།། ༡༩ ནོར་བུ་རྒྱན་རྣམས་གྱི་མཆོག་ཡིན་པ་བཞིན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཡང་སྐབས་གནས་གཞན་ལས་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ༢༠ ནོར་བུ་བརྟོད་སྦྱང་སོགས་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་ཉིད་ཀྱང་བརྟོད་སྦྱང་སོགས་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་བཅས་དྲུག་གོ། དེ་ཡང་འཕགས་པ་བུམས་པའི་གསུང་ལས།

འབྱུང་བ་དཀོན་ཕྱིར་དྲི་མེད་ཕྱིར། །མཐུ་ལྷན་ཕྱིར་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི།

རྒྱན་གྱུར་ཕྱིར་དང་མཆོག་ཉིད་ཕྱིར། །འགྱུར་བམེད་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་ཉིད། །ཅིས་གསུངས་སོ།།

སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་ཅེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། རོན་གཉིས་མཐར་  
ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས་ཐིག་ལ་བཟོ་དེ། འོ་ན་རོན་གཉིས་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རང་དོན་དང་  
གཞན་དོན་གཉིས་ཡིན་ལ། རང་དོན་མཐར་ཕྱིན་པ་ནི། རང་ཉིད་ལ་མི་འདོད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་  
སྤྱོད་པར་བྱེད་མཁན་རྒྱ་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་སྤོང་བར་བྱེད་པའི་ལམ་དང་ལམ་དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཉོན་མོངས་སྤང་བའི་སྤངས་པ་མཐར་ཕྱིན་པས་སོ།།

གཞན་དོན་གྱི་གཞན་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡིན་ལ། དོན་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་



སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པ་  
དེ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་སངས་རྒྱལ་  
དཀོན་མཆོག་གིས་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་  
སྦྱོབ་བྱུང་བམ་སྟམ་ན། སྦྱོབ་བྱུང་  
སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་  
མེད་རྒྱུན་མེད་ལས་མ་བྱུང་ཞིང་།  
སྐྱུག་བསྐྱལ་དེའི་རྒྱ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་  
མཁྱེན་པའི་མཁྱེན་པ་དང་ལྡན་པས་  
དེ་སྤོང་རྒྱལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བརྟེན་  
པ་ལས་སྦྱོབ་པས་སོ། །དེ་ལྟར་སྦྱོབ་  
པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་ཡང་སྦྱོབ་པའི་

བྱ་བ་གནང་ངམ། དཔེར་ན། མི་ཆང་ཕྱག་པོར་དབྱེ་པའི་སྦྱོབ་བྱུང་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་སྦྱོབ་པའི་  
བྱ་བ་མི་བྱེད་བཞིན་ཞོ་ཞིན། དེ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལ་མི་བཟོ་དེ་པའི་བརྟེན་བརྟེན་

ཨྲཱེ་ཆེན་པོར་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པས་བརྩེ་བས་ངེས་པར་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉིད་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་ལམ་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་གསུངས་ཀྱི་རྒྱུན་གསུངས་པར་དགོས་པ་མ་གཟིགས་པས་མི་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། བྱམས་ཐུན་པ་མས་བྱུ་མེད་བསམས་པའི་འོན་ཏེ། བྱུ་མེད་གཤེད་བཞིན་སྒྲོ་བཞིན་པའི་སྒྲོན་སྒྲིན་པར་བྱེད་ཀྱི་དེ་ལ་སེར་སྒྲ་དང་གཡོ་སྒྲ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

སངས་རྒྱུས་ལ་བྱེད་ཆོས་གཞན་ཡང་། བདག་ཉིད་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར། གཞན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲོབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས། ཀྱན་ལ་ཉི་རིང་མེད་པར་བརྩེ་བ་བྱགས་མེ་ཆེན་པོ་དང་ཐུན་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པར་བྱེད་པར་ངེས་སོ། །

ཆོས་ད་ཀོན་མཆོག་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འགོག་བདེན་དང་ལམ་བདེན་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་འཕགས་པའི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ་ཞིག་ལ་བཟོད་དོ། །

འགོག་བདེན་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བཟོད་དམ། འགོག་བདེན་ཞེས་པ་ནི། ང་རང་ཆོར་མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དངོས་སུ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལས་དང་ལས་དེའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ཅ་བཞུགས་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་དེ་ལ་འགོག་བདེན་དང་། ཐར་པ་ཞེས་ཀྱང་བཟོད་དོ། ཡིན་ནའང་། སྤང་བྱ་ཉོན་མོངས་དེར་ཕྱ་རགས་བྱ་མ་ཡོད་པ་བཞིན་བྱ་དེ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་འགོག་བདེན་དེར་ཡང་བྱ་མ་དབྱེ་རྒྱ་ཡོད་དོ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་མཁས་པར་འགྱུར་བ་ལ་མཁས་བྱའི་གནས་རེ་རེ་ནས་མི་ཤེས་པའི་མོངས་པ་སེལ་ཏེ་མཁས་པར་བྱས་ནས་མཐར་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྤང་བྱ་སྤང་ཚུལ་ནི། སྤང་བྱ་ཆེ་རིམ་དང་གཉེན་པོ་ཆུང་རིམ་གྱི་སྒྲོན་སྒྲིན་སྤང་བར་བྱེད་དོ། །

ལམ་བདེན་ཞེས་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། གོང་བྱ་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་དེ་དག་སྤང་བྱེད་ཀྱི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཆིན་པ་དེ་ལ་བཟོད་དོ། །དེ་ཡང་སྤང་བྱ་ཉོན་མོངས་དེར་ཕྱ་རགས་བྱ་མ་ཡོད་པ་བཞིན་སྤང་བྱེད་ལམ་དེ་ལ་འང་བྱ་མ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། གསོ་བྱའི་ནད་ལ་བྱ་མ་ཡོད་

པ་བཞིན་དུ་གསོ་བྱེད་སྒྲུན་ལའང་དུ་མ་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དེ་དག་སྒྲུན་ཡིན་པར་མཛུངས་  
པ་བཞིན་དུ་ལམ་དེ་དག་ཀྱང་འཕགས་ཀྱི་མཁུན་པ་ཡིན་པར་མཛུངས་དགོས་ཀྱི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་  
ཀྱི་གཉེན་པོ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གོ། །

འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཟེར་བ་དེ་གང་ཟག་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བཞེད་དམ། དེ་ནི་ལམ་  
ལ། ༡༽ ཆོགས་ལམ། ༢༽ སྤྱིར་ལམ། ༣༽ མཐོང་ལམ། ༤༽ སྒྲུབ་ལམ། ༥༽ མི་སྒྲུབ་ལམ་  
དང་ལྔ་ལས་མཐོང་ལམ་ནམ་ཐོབ་པ་ན་གང་ཟག་དེ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་གྱུར་དོ། །

དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཁོང་དུ་བཤད་པའི་འགོག་  
བདེན་དང་ལམ་བདེན་གང་རུང་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་གང་ཟག་གམ། ཡང་ན། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་  
བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་ལྷན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ལ་བཞེད་དོ། །རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་  
ཀྱང་ཡོད་དེ། ༡༽ ཇི་ལྟ་དང་། ༢༽ ཇི་སྟེད་པའི་ཆོས་སོ་སོར་གི་རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཟིགས་  
པ་དང་། ༣༽ སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བདེ་གཤེགས་སྟིང་པོ་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་  
གཟིགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན། ༤༽ ཆགས་པ་དང་། ༥༽ ཐོགས་པ། ༦༽ དམན་པའི་སྤྱིབ་  
དང་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན། ༧༽ རིག་པའི་ཡོན་ཏན། ༨༽ གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་བརྒྱུད་དོ། དེ་  
ཡང་འཕགས་པ་བྱམས་པས།

ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ནང་གི་ནི། །ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཕྱིར། །

སྒྲོ་ལྷན་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཆོགས། །སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །  
མདོར་ན། ཁོང་དུ་བཤད་པའི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་གང་ཟག་ནམས་ལ་  
དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཅེས་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཤེས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
མཆོག་གསུམ་ལ་སྟིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱེའུ་ལྔ་པ་ལྟེ་འཛིན་པ་ལྟེ་འཛིན་པ་ལྟེ་འཛིན་པ་ལྟེ་འཛིན་པ་  
ཀྱང་མི་ཤེས་ཤིང་མཐའ་ན་གྲངས་འདྲེན་ཀྱང་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་དྲུང་ཆོས་ལ་མཐོང་རྒྱུད་གསོད་

དང་ཆོས་བྱེད་པར་སྤང་བྱུག་ཆེ་བར་བྱེད་པ་ནི་རང་ཉིད་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པའི་རང་དྲགས་གསལ་བར་མངོན་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ།

འོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་ཡན་ཡོན་གང་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཡན་ཡོན་ཡོད་དེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་སྒྲག་པར་དུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤོང་ཚུལ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལག་ལེན་དུ་བརྟམས་བྱུབ་ན། ཆོ་འདིར་ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་བྱུབ་པ་དང་། ཆོ་སྤྱི་མར་རྟེན་བཟང་ཐོབ་བྱུབ་པ། རིམ་བཞིན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་ཡན་ཡོན་ཡོད་དོ། །གཞན་ཡང་སྤྱི་ནང་གི་བྱེད་པར་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་མི་འགྲོ་བས་འབྱེད་པས། རང་ཉིད་ནང་པར་ཚུད་པ། སྡོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ། སྡོམ་བསགས་ཀྱི་སྤྲིག་པ་བསྐྱབས་པར་འགྱུར་བ། བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་པ། ངན་འགྲོར་མི་རྩུང་བ། མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་བར་གཅོད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ། ཅི་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཡན་ཡོན་ནམས་བྱེད་པར་བྱས་ཏེ་རྟེན་ལན་གསུམ་དང་མཆོན་ལན་གསུམ་དུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་བྱའོ།

སྐྱབས་འགྲོའི་དཀག་པའི་བསྐྱབས་བྱ་སྟེ་བྱས་མི་ཆོག་པ་ནི། སངས་རྒྱུས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བས་འཇིག་རྟེན་པའི་རྩ་མཐུ་བོ་ཆེ་དང་ཡུལ་རྩ་གཞི་བདག་སོགས་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགྲོ་བ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བས་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་འཆོ་སྤོང་བ། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བས་ལུ་རྟེན་པས་པའམ་ཆོས་ཁས་མི་ལེན་པའི་གང་ཟག་དང་མི་འགྲོགས་པའོ།

སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབས་བྱའི་བསྐྱབས་བྱ་སྟེ་ལག་ལེན་དུ་བརྟམས་དགོས་པ་ནི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤོང་ཚུལ་ལ་སངས་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་མ་གུས་པ་སྤོང་བ། ཆོས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཞིག་ལའང་མ་གུས་པ་མི་བྱ་ཞིང་། གཏའ་མར་དང་། ཟོང་གི་འདུ་ཤེས་སྤངས་རྟེན་གསུམ་པར་བྱེད་པ། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བས། རབ་དུ་བྱུང་བར་མི་གཤེན་པ། མི་བརྟན་པ། བྱེད་ཆོ་དང་ང་ཆོ་ཞེས་རིས་སུ་བཅད་དེ་དགར་མི་བརྟན་བར་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་



བྱས་ནས་མཆོད་པར་བྱའོ།

འོན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འགོ་བ་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐུལ་ལས་སྦྱོབ་པའི་རྣམས་པ་  
དང་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དེ་ལྟར་ལྟན་ཞིང་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་མི་བཟོད་པའི་བཅེ་བ་སྤོང་རྩེ་  
ཆེན་པོ་དང་ལྟན་ན། ང་ཆོས་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་འདི་འདྲ་ཁྱོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་  
ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ང་ཆོད་སྦྱོན་ཁོན་ལས་སྐྱབས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྦྱོན་ག་ལ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་  
ང་རང་ཆོས་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ལ་གདེང་ཁེལ་བའི་ཡིད་ཆེས་རྣམས་མ་ཞིག་མ་སྦྱོས་ཤིང་། དེ་  
ལ་བརྟེན་ནས་དེས་གསུངས་པའི་ཆོས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་ནའང་སྦྱིད་ལུག་དང་སྟོམ་ལས་  
ཀྱི་དབང་གིས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སྤྲུམ་མ་གྲངས་པས། སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་མཐོང་།  
དེ་མ་མཐོང་བས་དེ་ཚུལ་བཞིན་སྦྱབ་པའི་དགེ་འདུན་ལའང་དད་པ་མི་སྦྱེ་བས་དགེ་འདུན་ལའང་སྦྱབས་  
ཀྱི་ཆེ་གྲོགས་སྤྲུམ་མ་མཐོང་བ་དེ་ཁོ་ནས་ལན་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། ཤེས་ཡོན་ལ་དོ་སྣང་མེད་པའི་  
མི་ཞིག་སྦྱོབ་གྲར་བཏང་ཡང་། དེས་ཤེས་ཡོན་ལ་དོ་སྣང་མི་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་དོ་སྣང་མེད་པས་དགེ་  
ཅན་གྱིས་གང་བསྐྱབས་པ་རྣམས་མི་སྦྱོང་བ་དང་། སྦྱོབ་སྦྱོང་ལ་བརྩོན་པ་ཆེ་བའི་སྦྱོབ་མ་རྣམས་དང་  
ཡང་མི་འདྲེས་ཤིང་། དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ལ་སྦྱོབ་མེད་པ་ན་མཐའ་མ་རང་ཉིད་སྦྱོབ་གྲར་ཕྱིན་པའི་  
འབྲས་བུ་ཤེས་ཡོན་ལྷན་པ་ཞིག་ཆགས་དགོས་རྒྱུ་ལ་དེ་མ་ཆགས་པ་དེ་དག་ཅན་གྱིས་མ་ལན། སྦྱོབ་  
ཆོན་གྱིས་མ་ལན། སྦྱོབ་གྲོགས་ཀྱིས་མ་ལན། རང་ཉིད་ཁོ་ཙམ་ལ་འབྲལ་བཞིན་ནོ། །གཞན་  
ཡང་ཕ་བཟང་གི་བྱ་སྤྲུགས་པ་དང་། ཁ་བྱང་བཞུས་ཀྱི་བྲག་ལྷག་བཞིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་  
ནས་ཀྱང་།

ངས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་པའི་ཆོས་བཤད་ཀྱང་། ཁྱིད་ཀྱི་ཐོས་ནས་ཡང་དག་མ་སྤྱད་ན། །

ནད་པ་སྤོན་གྱི་རྒྱལ་པ་ཐོགས་ནས་ནི། །གསོ་བྱའི་ནད་རྣམས་གསོ་བར་མི་རུས་བཞིན། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ད་འོན་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་ངེ་ལྟར་འགྲོ་དགོས་ཤིག། དེ་ལ་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་ཁྱིམ་འཛིན་དགོས་ཤིང་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་ཐུན་པ་དགོས་པས། དེ་ལ་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་ནི། འཛིགས་པ་དང་། འཛིགས་པ་དེས་བྲངས་པའི་དད་པ་དང་གཉིས་དགོས་སོ། །འོ་ན་འཛིགས་པ་དེ་གང་ཡིན། དཔེར་ན། སློབ་ཕྲུག་ནམས་ཡིག་ཆད་ལ་འཛིགས་པ་དང་། ཆོང་པ་ནམས་ཆོང་ཟོག་བརྒྱག་དོར་ཤོར་དོགས་ནས་འཛིགས་པ་སོགས་ཆེ་འདི་ཡི་བདེ་སྐྱིད་ཁོ་ནར་དམིགས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་མཁྱེན་སྙམ་སྟེ་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་འདི་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་འཛིགས་པ་དང་འཛིགས་པ་དེས་བྲངས་པའི་དད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི། དཔེར་ན་ཆོས་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་། ནང་པ་མ་ཡིན་པ་ཐ་ན་དུང་འགྲོ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་ཆེ་འདི་འམ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་ནས་རེ་བ་དང་ཐབས་ཤེས་བྱེད་ཅིང་ཐབས་ཤེས་བྱུང་པས་ན། དེ་ནི་གང་ཟག་དབང་པོ་ཆེས་རྒྱལ་ཞིང་མིག་རྒྱུད་ཐུང་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་ཚུལ་ཡིན་པས། ནང་པའི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་ཐོན་དཀའ་བར་སེམས། འོན་ཀྱང་ཆེ་འདི་ཡི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་ཏེ་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཞིང་མཆོད་པ་ཕྱལ་ན་དགོས་པ་མེད་པ་ཡང་མིན་ཏེ་ཆེ་འདི་ཡི་བར་ཆད་ཞི་ཞིང་དགོས་དོན་འགྲུབ་པས་སོ། །དཔེར་ན། མི་མཁའས་པ་ཕྱགས་འཆོ་བར་བཏང་བ་ན་དེ་ཙམ་གྱི་མཁའས་པའི་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཙན་མ་སྐྱབ་ཀྱང་ཕྱགས་འཆོ་བ་ཙམ་ལ་ཕན་མ་ཐོགས་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

འོ་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་རྒྱས་པར་དཔྱེན་གསུམ་སྟེ། རྒྱས་བྱུང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ། རྒྱས་བྱུང་བའི་གི་སྐྱབས་འགྲོ། རྒྱས་བྱུང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་གསུམ་ཡོད་དོ། །རྒྱབས་འདིར། རྒྱས་བྱུང་བའི་བྱུང་ཆོན་པོ་གསུམ་གང་ཟག་གི་སྒྲིལ་རིམ་པས་ཕྱེ་བས་རྒྱུད་ཐད་དང་པར་བཞེད་པ་མེན་ནོ། རྒྱུ་མཆན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རྒྱས་བྱུང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་རྒྱས་པར་རྒྱས་བྱུང་བའི་གི་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་སྒྲིལ་བྱེད་ཆོད་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཤེས་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་མ་མཐའ་ཡིན་པས་རྒྱས་བྱུང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་རྒྱས་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །

[illegible]

སྐྱེས་བུ་ཆུང་ངུའི་སྐྱབས་འགོ་

དེ་ལྟར་ལགས་ན། རྒྱུ་ལྷན་གྱི་འཕྲིན་ལྷན་པ་དང་འཕྲིན་པས་དངས་  
 པའི་དད་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཐོག་མར་འདི་བསམ་དགོས་ཏེ། ཆོ་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་  
 ཐབས་ཤེས་བྱས་ཀྱང་ངེས་པར་འཕྲིན་པ་སྟེ་འཆི་བར་ངེས་ལ། ཤི་བའི་རྗེས་སུ་མར་མི་ཤི་བ་དང་།  
 རྒྱ་རྒྱུ་ལ། འང་འལ་བ་ལྟར་རྒྱན་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་གང་ཟག་ལ་དངོས་པོ་གཞན་དང་མི་འདྲ་  
 བར་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་ལ་དེ་ཡི་རྒྱན་སྤྱི་མ་ཡོད་ལ། དེ་རྒྱུ་སའམ་གནས་  
 སའི་ཉེན་ཞིག་ཀྱང་ངེས་པར་དགོས་པས་རྒྱུ་བ་ལེན་སའི་གནས་སམ་རྟེན་དེར་ངན་འགྲོ་དང་བདེ་འགྲོ་  
 གཉིས་སུ་ངེས་སོ། ངན་འགྲོར་རྒྱུ་ན། རྒྱུ་གནས་དེར་དཔྱལ་བ། ཡི་དྲགས། དྲུང་འགྲོ་གསུམ་དུ་  
 ངེས་ལ། དེ་སོ་སོར་ནང་གསེས་དབྱེ་ན། དཔྱལ་བར་ཆ་དཔྱལ་བརྒྱད་དང་། གང་དཔྱལ་བརྒྱད།  
 ཉེ་འཁོར། ཉི་ཆོ་བ་བཅས་དཔྱལ་ཁམས་བཙེ་བརྒྱད་ཡོད་དོ།

དེལང་ཆ་དམུལ་བརྒྱད་ནི། ༡ ་ ཡང་གཞི་ལ། ༢ ་ ཐིག་ནག་ ༣ ་ བུ་ས་འཛོལ་ས། ༤ ་  
 ཏུ་འོད། ༥ ་ ཏུ་འོད་ཆེན་པོ། ༦ ་ ཆ་བ། ༧ ་ རབ་ཏུ་ཆ་བ། ༨ ་ མཁར་མེད་བཙས་དང་།

གང་དཔལ་བརྒྱུད་ནི། ༡༽ རྩུང་ཅན། ༢༽ རྩུང་རྣམ་པ། ༣༽ གྱིད་ཟེར་པ།  
 ༤༽ སྒྲུབ་པ། ༥༽ ཨ་རྩུང་པ། ༦༽ རྩུང་པ་ལྟར་གས་པ། ༧༽ བརྩུང་གས་པ། ༨༽  
 བརྩུང་པ་ལྟར་གས་པ་དང་བརྒྱུད་དོ།

ཉེ་ལོའར་བཞི། མཁར་མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་བཞི་སོ་སོར། མེ་མུར་གྱི་འབས། རོ་ལྷགས་ཀྱི་  
འདས། མཚོ་ཆེ་བུ་འཛང་། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆ་ལ་ནམས་ཡོད་དོ། །

ཉི་མོ་བཞི། གནས་ཀྱང་ངེས་མེད། རྒྱལ་བསྐལ་ཡང་ངེས་མེད་དོ། །དཔེར་ན། རྡོ་ཡི་  
ནང་དུ་འབྱུངས་པ། ཆབ་རྡོ་ནང་དུ་རེངས་པ་སོགས་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་རྣམས་རྒྱུས་པར་གཤེས་  
འདོད་ན་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་རྣམས་དང་དེའི་ཁྲུངས་སངས་རྒྱུ་མཛད་ཡི་ནང་དུ་གཟིགས་པར་བྱ།

ཡི་དྭགས་ལ་འད་སྤྱི་ཡི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ནི། བཀའ་སློམ་ཆ་གང་གི་རྒྱལ་བསྐྱེད་དང་། གཞན་ཡང་། རྩོམ་ཅི་མཚུངས་འགྲན་པ་འགག་ཅིང་ཡན་ལག་ཅ་ཕྱན་བཞིན་དུ་ཤ། །ལུས་སྐྱམ་ཐལ་བས་རབ་གཡོགས་ལྷ་ཆོགས་འཐབ་ལས་མེ་ཡི་ཆ་ཆ་འབབ། །ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གི་ཡན་ལག་གིས་ལུས་པོ་མ་ཐོག་པ་སོགས་རྒྱལ་བསྐྱེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བོ། །ནང་གསེས་ནི། ཕྱི་ཡི་སྤྱི་བ་པ་ཅན་དང་ནང་གི་སྤྱི་བ་པ་ཅན་གཉིས་ལས།

ཕྱི་ཡི་སྤྱི་བ་པ་ཅན་ནི། རྩོན་ཤིང་འབྲས་བུ་ཅན་དང་ཚུ་བོ་བྱང་རིང་ནས་མཐོང་རྟེ་ངལ་བ་ཆེན་པོས་ཕྱིན་པ་ན་འགྲམ་དུ་སྤྲེབས་དུས་དེ་དག་མི་སྣང་བར་གྱུར་པ་འམ་བྱེ་ཐང་དུ་སྣང་བ་སོགས་དང་། ནང་གི་སྤྱི་བ་པ་ཅན་ནི། གལ་ཏེ་ཟས་ཚུང་ཟད་རེ་རྟེན་ཀྱང་ཁ་ནང་མི་ཐར་བ་དང་། ཐར་ཡང་མཁྱོན་པར་མི་འགྲོ་བ། ཕྱིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཁོག་པར་ལྷགས་གོང་མེ་འབར་བར་འགྱུར་བ་སོགས་རྒྱལ་བསྐྱེད་བཞུགས་ལས་འདས་སོ། །

དུད་འགྲོའི་སྤྱི་གནས་སུ་སྤྱེས་ན། དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་སྤྱི་ཞིང་གཏི་མུག་པ་དང་། ཆ་གང་གིས་མཉམ་བ། བདག་མེད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཅིག་གིས་གཅིག་བཟའ་བའི་འཛིགས་པ་དང་། བདག་ཡོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་སོགས་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །

མདོར་ན། རན་འགྲོར་སྤྱེས་ཕྱིན་ཆད། དཔུལ་བར་ཆ་གང་གི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལ། ཡི་དྭགས་ལ་བཀའ་སློམ་གྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལ། དུད་འགྲོར་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་སོགས་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལུ་མཐའ་མེད་པ་མྱོང་དགོས་ལ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བྱངས་པ་དེས་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བསྐྱེད་མྱོང་མི་དགོས་པའི་གོ་ཆོད་ཅིང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ཕྱིས་རྒྱལ་བསྐྱེད་མྱོང་མི་དགོས་པར་མི་ཕན་པའི་ཁར། གནས་ཀྱི་ཆ་ནས་མི་རྒྱལ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་སྤྱི་བའི་ཁྱེན་ཁོ་ན་ལས་དགེ་བ་བསྐྱུབ་དགའ། ཉོན་ཀྱི་ཆ་ནས་རྒྱལ་བསྐྱེད་བཟོད་གྲགས་མེད་པ་མྱོང་བཞིན་པས་ཁོང་གི་ཁོ་ན་ལས་དགེ་བའི་ཐོ་འབྱུང་

དཀའ། གྲོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཐམས་ཅད་ལས་ངན་གྱི་ནམ་སྒྲིན་ལས་ཞེ་སྤང་ཆེ་ཞིང་ཡན་ཚུན་གཞོན་  
འཆེ་ལས། དགེ་པའི་གྲོགས་སུ་འགྱུར་བ་དཀའ་བ་ཡིན། དགེ་བ་མ་བསྐྱབ་ན་བདེ་བ་མི་འབྱུང་བས་  
རང་ཉིད་ངན་འགྱོར་སྐྱེས་པ་ལས་ཐོངས་ཆབས་ཆེ་བ་མེད་དེ། དཔེར་ན། འགྲལ་པ་ཞིག་རང་གི་  
འགྲོ་ཡུལ་གྱི་ཡུང་པ་དེའི་ལམ་ནོར་ནས་ཕྱིན་པས་ཡུང་པ་གཞན་ཞིག་དུ་སྐྱེབས་པ་ན། ལམ་དུ་འགྲོ་  
གྲོན་ཕྱིན་པ་གྱིང་གྱུན་དང་ལམ་དུ་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་ནམས་སྤྲུག་གྱིང་གི་ཁར། རྗེས་སུ་འགྲོ་ཡུལ་  
དངོས་གནས་དེར་འགྲོ་བར་དཀའ་ལས་གསར་པ་བརྒྱབ་མི་དགོས་པ་དང་འགྲོ་སྤང་འཕར་མ་གཏོང་  
མི་དགོས་པར་མི་ཡན་པ་བཞིན་ནོ།

དེས་ན། སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་དེ་ནམས་ལ་ཕར་ལྷད་མོ་བཞུགས་པ་ལྷ་བྱ་མ་ཡིན་པར་  
དེ་འདྲའི་སྐྱེ་གནས་སུ་རང་ཉིད་དངོས་སུ་སྐྱེས་ན་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ནམས་བཟོད་དམ་མི་བཟོད་སྙམ་དུ་  
ཡང་ཡང་བསམ་པ་ན། དཔེར་ན། ད་ལྟ་དུང་འགྲོ་ལས་སྐྱེ་གནས་བཟང་བའི་མི་རུ་སྐྱེས་ཡོད་ཀྱང་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་དུ་མ་རྒྱུན་མར་གྱིང་དགོས་ཤིང་དེ་ལ་བརྒྱུག་ཐབས་སུ་ཐབས་ཤེས་ཀྱང་འདྲ་མིན་སྙམ་ཆོགས་  
ཤིག་ཤེས་ཤིང་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན་ཀྱང་ད་དུང་དཀའ་ངལ་འདི་ལྟ་བུ་གྱིང་དགོས་ན། རང་  
གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ཤེས་མི་ཤེས་པའི་སྐྱེན་ཞིང་གཏི་མུག་པའི་དུད་འགྲོ་སྤོགས་ཀྱི་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ལྷ་བྱ་བདག་གིས་དེ་མུར་འཛོག་པ་ཇི་ལྟར་བཟོད་སྙམ་དུ་དེ་ལ་མི་བཟོད་པའི་འཛོགས་  
པ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དང་མཐོ་རིས་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱང་བྱུང་ལ། འཛོགས་པ་དང་ལྷན་པའི་  
གནས་དེ་ལྷ་བྱར་བདག་མ་སྐྱེ་བ་ཞིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་མཁྱེན་སྙམ་པའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
ལ་དད་པ་བཙས་མིན་ཞིག་བྱུང་བས་ངག་ནས་ཀྱང་སངས་རྒྱུས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་  
སུ་མཆོ། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོ་ཞེས་རང་དབང་མེད་པར་འདོན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་ངོ་། དེ་  
ནམ་བུང་བ་ན་སྐྱེས་བྱ་རྒྱུང་དུའི་སྐྱབས་འགྲོ་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། དཔེར་ན། རང་ལ་སྐྱོ་  
བྱར་གྱི་རྒྱུན་ངན་ཞིག་བྱུང་ན་རང་དབང་མེད་པར་ཁ་ནས་ཨ་མ་ཞེས་འཁོད་པ་བཞིན་དགོས་སོ།

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། སེམས་ནས་གང་དྲན་འདི་དྲན་མེད་པར་ངག་ནས་སྐབས་འགོ་བྱས་པ་  
ཙམ་གྱིས་ཕན་ནས་དེ་ཙམ་མི་ཡོང་བར་སེམས་སོ།།

དེས་ན། སྦྱར་དད་པ་ལ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིའི་དད་པ་ནི་ངན་འགྲོ་  
ལས་སྦྱོབ་མཁན་སྐབས་བསྐྱེད་པ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཁོ་ན་ཡིན་སྟེ་པའི་ཡིད་ལྡན་གྱིས་ཆེས་  
པའི་དད་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། མཛེས་བའི་བྱ་ཕན་ཚུན་ཕྱད་པ་བཞིན་ནོ།།

དེ་ལྟར་འདིགས་པ་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་དེས་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་ཕྱིན་ན་  
སྦྱོབ་ཚུལ་ནི། ངན་འགྲོར་སྦྱེ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནག་པོ་སྤྲིག་པའི་ལས་རྣམས་ཡིན་ལ་དེ་སྤོང་ཚུལ་  
དང་བདེ་འགྲོར་སྦྱེ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི། དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་  
ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པ་ལས་སྦྱོབ་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་པོ་མི་དགེ་བར་ཕྱ་རགས་དུ་  
མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་བརྩུར་བསྐྱས་ཏེ་གསུངས་ལ་མི་དགེ་བརྩུ་སྤངས་པའི་དཀར་པོ་དགེ་བརྩུའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་སྦྱེས་བྱ་ཚུང་དུས་ཆོས་ལ་སྐབས་སུ་མཆོ་ཞེས་བཟོད་པའི་ཆོས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནོ།།

ནག་པོ་མི་དགེ་བ་བརྩུ་ནི། ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ ༡༥ གྲོག་གཙོད་པ། ༡༥ མ་བྱིན་  
ལེན་པ། ༡༥ ལོག་གཡེམ་གསུམ་དང་། ངག་གི་སྒོ་ནས་ ༡༥ རྩུན་བཤད་པ། ༡༥ ཕྱ་མ། ༡༥  
ཆོག་རྩུབ། ༤༥ ངག་འབྲལ་བཞི། ཡིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ ༡༥ བརྒྱབ་སེམས། ༡༥ གནོད་སེམས།  
༡༥ ལོག་ལྟ་སྟེ་ནག་པོ་མི་དགེ་བ་དེ་དག་ཆེན་པོ་ལས་དཔྱལ་བ། འབྲིང་ལས་ཡི་དྲགས། ཚུང་དུ་  
ལས་དུད་འགྲོའི་སྦྱེ་གནས་སུ་སྦྱེ་བར་བྱེད་དོ། །ནག་པོ་མི་དགེ་བ་བརྩུ་བའི་དག་ཀྱང་ལུས་ངག་གཉིས་  
ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ལས་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་སྤྲིག་པ་ཆེ་བ་དང་། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་ནི་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྤྲིག་  
པ་ཆེ་ལོ། །གཞན་ཡང་། གྲོག་གཙོད་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། གསལ་བྱའི་རྟེན་གྱི་བྱུང་པར་ལས་སྤྲིག་པ་  
ཆེ་ཚུང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། དུག་སྤང་བསད་པ་ལས་མི་བསད་པ་སྤྲིག་པ་ཆེ་བ་དང་། མི་ལའང་  
སྦྱར་བཏང་གི་མི་བསད་པ་ལས་རང་ལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བའི་པ་མ་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཞིང་སྦྱོབ་དཔོན་

དང་དགེ་སྦྱོང་བསད་པ་རྩིག་པ་ཆེ་བ་སོགས་ནང་གསེས་དུ་མ་དཔྱེ་བྱུ་ཡོད་དོ། །

ཡང་དུག་སྤྱང་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། གཞི་བསམ་པ་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་བཅས་པ་ནམས་  
 ཆང་མ་ཆང་གིས་རྩིག་པ་ཆེ་ཆུང་ཡོད་དོ། །དཔེར་ན། ལུག་གསོད་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། གཞི་  
 ལུག་དེ་ལུག་ཡིན་པར་འདུ་གེས་མ་འབྱུལ་བ། བསམ་པ། ག་ལ་ཆགས་པ་ལྟ་བུ་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་  
 གསོད་པ། དེ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་གསོད་པ། སེམས་ཅན་བསད་དེ་མཆོད་སྤྱོད་བྱས་ན་  
 དགེ་བར་རྫོམས་པ་ལྟ་བུ་གཏི་མུག་གིས་གསོད་པ། སྦྱོར་བ་མཆོན་དང་དུག་གིས་གསོད་པ། རང་  
 གིས་དངོས་སུ་གསོད་པའམ་གཞན་ལ་གསོད་དུ་བཅུག་པ། མཐར་ཐུག་ནི། ས་རོལ་པོའི་སྤྲོག་དབང་  
 འགག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལྟག་མ་ནམས་ལའང་སྦྱར་ནས་ནག་པོ་མེད་དགེ་བ་བཅུ་སྦྱོང་ལ་འབད་  
 པ་དང་དཀར་པོ་དགེ་བཅུའི་ལས་ནམས་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ཏེ་སྦྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་ནམས་མ་ཆང་བ་  
 མེད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་མདོ་ལས། །དགེ་སྦྱོང་དག ལས་ནི་ས་ལ་མི་སྤྱོན། རོ་ལ་མི་  
 སྤྱོན། ཟེན་པའི་ཡུང་པོ་འབའ་ཞིག་ལ་སྤྱོན་པར་གསུངས་པ་བཞིན། རྒྱང་དོར་གྱི་གནས་ལ་གཟབ་  
 པར་འཆའ་ལོ། །དེ་ཡང་སྦྱེ་བ་ཕྱི་མ་དང་། ཆོ་མཇུག་དང་། ལོ་མཇུག་དང་། སང་གནངས་མ་  
 ཡིན་པར་དེ་རིང་ནས་འབད་དགོས་པས་དེའི་ཕྱིར་དལ་འགྱོར་རྟེན་དཀའ་དང་འཆི་བ་མི་ཉག་པའི་རྣམ་  
 གཞག་ནམས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་མེད་དགེ་བ་བཅུ་སྦྱོང་དང་དགེ་བ་བཅུ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་སྦྱེ་བ་ཕྱི་མར་ངན་འགྱོར་མི་སྦྱེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ངན་འགྱོ་ལས་སྦྱོབ་ཚུལ་  
 ཡིན་གྱི་དེ་ལས་གཞན་དེབ་ས་མཐིལ་དུ་ཟག་པ་ཡར་སྒྲངས་ནས་རྩོག་ཅིའི་རྟེན་དུ་བཞག་པ་བཞིན་དཔུལ་  
 བའི་སེམས་ཅན་ནམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕུག་གིས་བཞེས་ཏེ་མངོན་མཐོ་རྩེ་མིར་གཞག་ཏུ་མེད་དོ། །དེ་  
 ཡང་མདོ་ལས།

ཐུབ་ནམས་རྩིག་པ་ཆུ་ཡིས་མི་འབྲུའོང་། །འགྲོ་བའི་རྣུག་བསྐྱལ་ཕུག་གིས་མི་སེལ་ལ། །

ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སྤྲོ་མེན་པས། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་བརྟན་ནས་གྲོལ་བར་མངོད། །ཅེས་



གསུངས་པ་ལྟར་གང་ལ་འཛིགས་སྐྱེ་འཛིགས་པ་དང་། འཛིགས་པ་དེ་ལས་སྐྱེ་བ་ཚུ་ལ་ནམས་ཤེས་  
པར་བྱས་ནས་དཀར་ནག་ལས་ལ་སྒྲུང་དོར་ཚུ་ལ་བཞིན་སྐྱོད་དགོས་པ་ནི་གནད་དམ་པ་ཡིན་པས་དེ་  
ལ་སྒྲོ་བ་དང་གིས་འབྲུག་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་ན་བདག་གིས་སྤར་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་  
ངན་འགྲོའི་རྒྱ་རྒྱུག་པ་མི་དགེ་བ་བགྱིས་པས་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་རྒྱ་ཡིན་ན་ད་ཅི་དྲག་སྟུང་ན། དེ་ནི་བྱེད་  
ལ་མདུ་དུ་བྱུང་བའི་སྐྱོ་ཞིག་སྐྱེས་པས་དགའ་བར་སྟོམ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་གི་ཁ་ཟས་དུག་ཡོད་པ་  
མ་ཤེས་ནས་ཁ་ལག་དེ་ཟོས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དུག་ཡོད་པར་ཤེས་ནས་དེས་མི་གཞོད་པའི་གཉེན་པོ་  
སྟན་བཞེན་ན་དེ་ཡིས་གཞོད་མི་བྱས་པ་བཞིན། སྤར་བསགས་ལས་ངན་ལ་འགྱོད་དེ་ཕྱིན་ཆད་སྟོག་  
ལ་བབས་ཀྱང་སྤྲོ་མ་སེམས་སྟོགས་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་བཞེན་ན་རྒྱུག་པ་དག་སྟེ་ནམ་སྟེན་རྒྱུག་བསྐྱེད་  
མྱོང་མི་དགོས་སོ། །འོན་ཀྱང་དང་པོ་ཉིད་ནས་རྒྱུག་པ་དེ་ཤེས་པའི་སྟོན་སྤར་སྒྲུང་བྱས་ན་མ་ཆོག་  
ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན། དཀར་ཡོལ་ཆག་པ་ལྟ་བུ་སྐྱེགས་ཏེ་ཇ་པོར་དུ་རུང་ཡང་སྤར་མ་ཆག་པ་དང་  
མི་འདྲ་བ་བཞིན་ནོ། །

## སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་སྐྱབས་འགོ

འོན་སྐྱེས་བུ་རྒྱུང་དུ་འབྲིང་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་ཚུ་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དེ་དང་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གིས་སྐྱབས་  
སུ་འགོ་ཚུ་ལ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་གང་ཡོད་དམ་སྟུང་ན། དེ་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་དེ། དེ་གཉིས་  
ཀྱི་སྐྱབས་འགོའི་རྒྱ་འཛིགས་པ་དང་འཛིགས་པ་དེས་བྱངས་པའི་དད་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་  
པས། འཛིགས་པ་དེ་ལས་སྐྱེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ལའང་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་དོ། །དཔེར་ན། བསམ་  
བྱ་རྒྱུང་བའི་མི་ཞིག་གིས་དཀར་འལ་ལ་བརྟ་ཚུ་ལ་དང་བསམ་བྱ་ཆེ་བའི་མི་ཞིག་གིས་དཀར་འལ་ལ་  
བརྟ་ཚུ་ལ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པ་དང་། དཀར་འལ་དེ་སེལ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལའང་རྒྱབས་  
ཆེ་རྒྱུང་དང་ཕྱགས་བཙན་ལོས་ཡོད་པ་ཇི་བཞིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་བྱ་འབྲེང་གིས་འདིགས་པར་བཟུང་བའི་འདིགས་པ་དེ་གང་ཡིན་ནམ་ཞེན།

དེ་ནི་སྐྱེས་བུ་ཆུང་བུས་ཐོབ་བུ་འམ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་མངོན་མཐོའི་ལུས་རྟེན་དེ་ཡང་སྐྱེས་བུ་འབྲེང་གིས་  
རྒྱལ་བརྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་མཐོང་ངོ་། །དེ་ཡང་འཁོར་བར་སྐྱེས་ཕྱིན་ཆད་སྐྱེ་སའི་གནས་དེར་ཁམས་  
གསུམ་དུ་ངེས་གིང་། ཁམས་གསུམ་ལས།

༡༥༥ འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སྐྱེས་ན། ༡༥ དམུལ་བ། ༡༥ ཡིད་གས། ༡༥ དུད་འགྲོ། ༤༥  
མི། ༥༥ ལྷ་མ་ཡིན། ༥༥ འདོད་ལྷ་རིགས་དུག་གང་རུང་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་དགོས་ལ།

༡༥༦ གཟུགས་ཁམས་སུ་སྐྱེས་ན། ལྷ་ཡི་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་མེད་ཀྱང་དེ་ནམས་ཀྱང་རང་  
རང་གི་དངོས་གཞི་རྒྱས་པ་ཆེ་ཆུང་གིས་གཟུགས་ཁམས་སུ་གནས་རིགས་བཅུ་བདུན་ཏེ།

བསམ་གཏན་དང་པོར། ༡༥ ཆངས་རིས་དང་། ༡༥ ཆངས་པ་མཐུན་ན་འདོན། ༡༥  
ཆངས་ཆེན་ཏེ་གནས་གསུམ་དང་།

བསམ་གཏན་གཉིས་པར། ༡༥ འོད་ཆུང་དང་། ༡༥ ཆད་མེད་འོད། ༡༥ འོད་  
གསལ་བཅས་གནས་གསུམ།

བསམ་གཏན་གསུམ་པར། ༡༥ དགེ་ཆུང་དང་། ༡༥ ཆད་མེད་དགེ། ༡༥ དགེ་རྒྱས་  
ཏེ་གནས་གསུམ།

བསམ་གཏན་བཞི་པར། ༡༥ སྤྱིན་མེད་སྤྱེད་དང་། ༡༥ བསྟོན་ནམས་འཕེལ། ༡༥ འབྲས་  
བྱུ་ཆེ་རྩེ་སོ་སྤྱིའི་གནས་གསུམ་དང་། ༤༥ མི་ཆེ་བ་དང་། ༥༥ མི་གཏུང་བ། ༥༥ གྲུ་མོ་སྤྱང་བ། ༥༥  
ཤིན་ཏུ་མཐོ། ༤༥ འོག་མེན་ཏེ། འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་གནས་གཙང་མ་ལྟ་བཅས་བཅུ་བདུན་ཏོ། །

གཤེས་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་ཡང་རང་རང་གི་དངོས་གཞིའི་ཁྱད་པར་ལས། ༡༥ ནམ་  
མཁའ་མཐའ་ཡས་དང་། ༡༥ ནམ་གཤེས་མཐའ་ཡས། ༡༥ ཅི་ཡང་མེད། ༤༥ སྤྱིད་ཅེ་རྩེ་  
གཟུགས་མེད་དུ་གནས་བཞི་ཡོད་དོ། །

སྐྱེ་བ་ལེན་སའི་གནས་དེར་ཁམས་གསུམ་དུ་ངེས། འགྲོ་བ་དེར་རིགས་དུག་དུ་ངེས། སྐྱེ་བའི་ཚུལ་ལ། མངལ་སྐྱེས། སྒོང་སྐྱེས། རྟོད་སྐྱེས། རྩས་སྐྱེས་དང་བཞིར་ངེས་ལ། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་མངོན་མཐོའི་ལུས་ཏེན་ཐོབ་ཀྱང་དེའི་རྩལ་སྒྲར་ཡང་ངན་སོང་དུ་མི་སྐྱེའི་གདང་མེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ལྷ་མིའི་ལུས་ཏེན་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་མི་ལ། སྐྱེ་གན་འཆིའི་རྒྱལ་བསྐལ་དང་། ལྷ་ལ་འཆི་འཕོའི་རྒྱལ་བསྐལ་སོགས་སྤྱིར་འཁོར་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་དང་། བྱེ་བྲག་རིགས་དུག་སོ་སོའི་རྒྱལ་བསྐལ་ནམས་རྒྱལ་བསྐལ་དུ་མཐོང་སྟེ་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་ཅི་འདྲ་ཞིག་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ལས་ཉོན་གྱི་ར་བ་ལས་ཐར་མེད་པས་རྒྱལ་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་དང་། ཡུན་ཆོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སྤང་པོ་མེད་པ། མི་བདུན་པའི་རང་བཞིན་དུ་མཐོང་སྟེ་འཁོར་བ་ལ་སྐྱེ་གས་དག་པོ་སྐྱེས་ཏེ་དེ་ལས་ཐར་ན་ཅི་མ་རུང་། དེ་ལས་ཐར་བ་ཞིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་མཐུན་སྐྱུམ་པའི་མཆོག་གསུམ་ལ་དམིགས་པའི་མི་ཕྱེད་པའི་དད་པ་བཙས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་སྐྱེས་བུ་འབྲེང་གི་སྐྱབས་འགོ་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལས་ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་སྐྱེམ་ན། དེ་འདྲ་པའི་ཐར་འདོད་ཀྱི་གང་ཟག་ལ་རྟོག་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱིས་ཐུགས་བརྩེ་བའི་སྒོ་ནས་མི་འདོད་པའི་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ཐོག་པའི་ཐབས་སྒྲན་མེད་པ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བར་མཛད་དོ།

དེ་ཡང་རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་དེ་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་རྒྱལ་བདེན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཆན་པ་གཅིག་དང་། འཁོར་བ་ལས་ཐོག་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ་རྒྱ་ལམ་བདེན་ལས་འབྲས་བུ་འགོག་བདེན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཆན་པ་གཅིག་གསུངས། དེ་ལ་སྤང་སྒྲངས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བས་སྒྲང་དོར་བསྐྱན་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱོབ་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།

དོན་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེན། དེ་ནི་རང་འབྲས་ནམ་སྐྱེན་རྒྱལ་

བསྐྱེད་པའི་ཕྱིན་ཆེན་གྱི་རིགས་སྤྱུག་ནས་པ་ཞིག་ལ་བརྟུན་ནས། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལས་ཀྱི་ཀླན་འབྱུང་དང་།  
ཉོན་མོངས་པའི་ཀླན་འབྱུང་གཉིས་ཡོད་དོ། ། ལས་ལ་ནང་གསེས་སྡེ་ཆེན་དབྱེ་ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་  
པ་ལས་སེམས་པའི་ལས་དང་བསམ་པའི་ལས་གཉིས་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། དཔེར་ན། དུག་འཆལ་  
བ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། དུག་འཆལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དེ་སེམས་པའི་ལས་དང་། དུག་འཆལ་བའི་  
བྱ་བ་དངོས་ལག་གཉིས་ཐལ་སྤྱར་གྱིས་སྒྲིའོ་དང་། མགིན་པ། རྟིང་ག་གསུམ་ལ་ཐུག་སྟེ་དེ་ནས་  
ལག་གཉིས་ཀྱི་མཐུན་དང་། དཔུལ་བ་ཤུལ་མོ་བཅས་ཡན་ལག་ལྔ་ས་མཐུན་ལ་ཐུག་ནས་གྲུས་པས་  
དུག་འཆལ་བ་དེར་བསམ་པའི་ལས་ཞེས་བརྟུན་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་པའི་  
བསམ་སྒྲིལ་དེར་སེམས་པའི་ལས་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་ལུས་ངག་གི་ནམ་འགྱུར་རམ་བྱ་བ་དེར་བསམ་  
པའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་ལས་ལ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ཡང་མཛད་དེ། ༡༽ དགོ་བའི་ལས་དང་། ༢༽ མི་དགོ་  
བའི་ལས། ༣༽ ལུང་མ་བརྟན་གྱི་ལས་གསུམ་མོ། །

༡༽ དགོ་བའི་ལས། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱས་པ་དེ་ཡི་ནམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བདེ་  
བ་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་ལས་གང་ཡིན་པ་དེར་དགོ་བའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། དཔེར་  
ན། ངག་གི་སྒྲོན་ནས་གཞན་ལ་ཞེས་དང་བཅས་ཆོག་སྟན་པར་སྒྲུས་པ་དེ་ཡིས་ནམ་སྒྲིན་ལ་མ་འོངས་  
པར་རང་ཉིད་གཟུགས་མཛེས་པ་དང་གཞན་གྱིས་ཞེས་དང་གྲུས་པ་བྱེད་ཅིང་གོང་དུ་བཀྱར་བ་ལྟ་བུའོ།

༢༽ མི་དགོ་བའི་ལས་ནི། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱས་པ་དེ་ཡི་ནམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་  
ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིན་ཆེན་པའི་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་ལས་གང་ཡིན་པ་དེར་མི་དགོ་བའི་ལས་ཞེས་  
བྱའོ། །དཔེར་ན། ལུས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་སྒྲོག་བཅད་པ་དེ་ཡིས་ནམ་སྒྲིན་སྒྲེ་བ་བྱི་མར་དཔུལ་བར་སྒྲེ་བ་  
དང་། གལ་ཏེ་མི་ལ་སྒྲེས་ནའང་ཆེ་བྱུང་བ་དང་། རྟན་མང་བ། རང་གི་སྒྲོག་ལ་བར་ཆད་མང་བའི་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིན་ཆེན་པ་བཞིན་ནོ།

༡༽ བྱང་མ་བརྟན་གྱི་ལས་ནི། དཔེར་ན། དོན་མེད་དུས་ལ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡི་  
འབྲས་བྱར་ན་མ་སྒྲིན་བདེ་སྤྱག་གང་ཡང་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་མཚོན་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་  
ཅད་དགེ་མེད་གཤམ་མ་བརྟན་གསུམ་དུ་བསྐྱེད་ཆུ་ལ་གཤམ་པར་བྱས་ནས་དགེ་བ་སྤྱོད་ཅིང་མི་དགེ་བ་སྤོང་བར་  
འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྒྲུང་དོར་ཆུ་ལ་བཞིན་སྤྲོད་པ་རག་ལས་རྟེན་པས། ནང་སེམས་རྒྱུད་མ་དུ་ལ་  
བར་ཕྱིའི་སྒྲིག་གཞི་གཅིག་པུས་འགྲོ་བ་མེར་དོན་དམ་གྱི་ཞི་བདེ་ཞིག་སྒྲུན་ཐབས་མེད་དོ།

གཞན་ཡང་འཁོར་བའི་གནས་དེར་ཁམས་གསུམ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་གནས་དེ་དང་དེར་སྒྱུ་  
བར་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་ལ་འདར་གསུམ་ཡོད་དེ། དཔུལ་བ། ཡི་དྲགས། དུད་འགྲོ་སྤྱོད་འདོད་ཁམས་  
གྱི་ངན་འགྲོར་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་དེར། གསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཞེས་བཞེད། དཔེར་  
ན། མ་བྱིན་ལེན་པའི་ལས་བཞིན་ནོ། །འདོད་པའི་རྩ་དང་མེར་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་དེར་གསོད་ནམས་  
གྱི་ལས་ཞེས་བྱ། དཔེར་ན། དགེ་བ་ཅུའི་ཆུ་ལ་བྲིམས་དང་དུས་དུས་སུ་གསོ་སྤྱོད་ཡན་ལག་བརྒྱུད་  
པ་ལེན་པ་སོགས་སོ། །གཟུགས་ཁམས་གྱི་རྩ་དང་གཟུགས་མེད་གྱི་རྩ་ཡི་སྒྱུ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་  
དེར་མི་གཡོ་བའི་ལས་ཞེས་བཞེད། དཔེར་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་བཞིན་ནོ། །ཅི་  
ཕྱིར་དེ་ལ་མི་གཡོ་བའི་ལས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ལས་དེ་ཡི་ན་མ་སྒྲིན་གཟུགས་ཁམས་དང་གཟུགས་མེད་  
ཁོན་མ་གཏོགས་འབྲས་བྱ་ཁམས་གཞན་དུ་མ་གཡོ་བས་དེ་རྩུབ་བཞེད་དོ། །དེ་རྩུབ་ལས་གྱི་ཀུན་འབྱུང་  
དེ་ནམས་གང་ལས་བྱུང་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་ལ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་རེ་ཞིག་ཅ་ཉོན་དུག་  
ངོས་འཛིན་ཙམ་བྱས་ན།

༡༽ འདོད་ཆགས། ཕྱི་ནང་གི་ཡུལ་སྤྱུག་པ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་དེ་  
ཡི་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་ལ་བཞེད་དོ།

༡༽ ཁོང་ཁྱོད་ནི། སེམས་ཅན་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་སོགས་ལ་དམིགས་ཏེ་ཀུན་ནས་མཉམ་  
སེམས་པ་སྤྱི་ཡུལ་དེ་དག་ལ་གནོད་པ་བྱ་བར་སེམས་པའོ།

༡༥ ང་རྒྱལ་ནི། འཇིག་རྫོབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ནང་གི་མཐོ་དམན་དང་བབ་དང་ཅན་ལ་  
དམིགས་ནས་སེམས་ཁེངས་པ་སྟེ་མཐོ་བའི་ནམ་པ་ཅན་ལ་འཇུག་པོ།

༡༦ མ་རིག་པ་ནི། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་དམིགས་པའི་མ་རིག་པ་དང་། དངོས་པོའི་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མེད་པའི་མ་རིག་པ་གཉིས་ལས་འཁོར་བའི་རྩ་བར་འགྱུར་བའི་མ་རིག་པ་ནི་སྤྱི་མཐོ།

༡༧ ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ལྟ་བུ་ནི། སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་ལ་  
དམིགས་ཏེ་ང་དང་ངའི་ཞེས་བདག་དང་བདག་གིར་ལྟ་བའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཞིག་གོ། །དེ་  
ཡང་རྒྱ་ཅིག་གིས་མི་བརྟན་ཞིང་འཇིག་པ་དང་། ཕུང་པོ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་པོའི་བདག་  
དེ་ལ་དམིགས་ནས་དེ་འདྲའི་བདག་དེ། རང་ལས་གཞན་པའི་ཕུང་པོ་ནམས་ལ་རག་མ་ལས་གིང་།  
ཕུང་པོར་མ་བརྟེན་པར། རང་རྒྱ་ཕུབ་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཇིན་ཅིང་། དེ་ནི་གཞན་གང་  
ལས་མཆོག་དང་། གཅེས་པར་འཇིན་པ་སོགས་བྱེད་དོ། །དེ་ལས་རང་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པའི་སྒོ་  
དང་། གཞན་སྤྱོད་ལ་སྤང་བའི་སྒོ་ཕུང་ལ་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བ་ལས་སྒོ་གསུམ་གྱི་ཉེས་པའི་ཚོགས་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དབྱུང་འཇུག་པ་ལས།

དང་པོར་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་གྱུར་ཅིང་། །བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་པས།  
ཐོ་ཆུན་འཕྱན་ལྟར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། །འགོ་ལ་སྤྱིང་རྩེ་གྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། །ཅིས་དང་། རྣམ་  
འབྲེལ་ལས།

བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་ཏུ་ཤེས། །བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཇིན་དང་སྤང་།

དེ་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་།  
སྐྱོད་འཇུག་ལས།

འཇིག་རྟེན་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་ལྟེན་པ། །དེ་ཀྱན་རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ལྟེན་པ། །དེ་ཀྱན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་

ལྟར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྒྲིན་རྣམས་མ་ལུས་པ་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བས་བདག་གཅེས་པར་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གཅེས་འཛིན་ལ་སྒྲིན་དུ་བརྟེན་དགོས་སོ།

༦༥ ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཐེ་ཚོམ་ནི། ལས་འབྲས་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་  
སོགས་ཡོད་མེད་ལ་ཐེ་ཚོམ་པ་སྟེ་ཕལ་ཆེར་མེད་སྟམ་པའི་ལོག་ཉོག་འདྲན་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་  
ཞིག་གོ །

དེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་ལས་ཉོན་གཉིས་ཡིན་ཀྱང་རང་ཆོད་ཡི་རྒྱ་ལ་མོངས་པས། སྤྲུག་  
བསྐལ་རྒྱ་མེད་དུ་འཛིན་པ། རྒྱ་གཅིག་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བར་འཛིན་པ། རང་བཞིན་དག་ལ་གནས་  
སྤྲུལ་མི་དག་པར་འཛིན་པ། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ཞིག་གིས་སྒྲོ་ཡིག་ཡོ་བ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བཟོས་  
པ་ལྟ་བུ་ཐིན་ཅི་ལོག་དུ་འཛིན་པས་འཁོར་བར་འཁོར་ལ་དེ་ཡིག་ཉོན་པོར། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཆོས་ཅན། སྤྲུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་སྤྲུག་  
བསྐལ་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཆོས་ཅན། རང་  
འབྲས་སྤྲུག་བསྐལ་རྒྱ་རྒྱུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་སྤྲུག་བསྐལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཆོས་ཅན།  
རང་འབྲས་སྤྲུག་བསྐལ་རབ་དུ་སྒྲུ་བྱེད་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་སྤྲུག་བསྐལ་གྲགས་དྲག་བསྐྱེད་པའི་  
ཕྱིར། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཆོས་ཅན། རང་འབྲས་ཟག་བཅས་ཀྱི་  
ཡུང་པོའི་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཡུང་པོའི་རྒྱན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ཀྱང་ཉོན་  
མོངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ལ། ཉོན་མོངས་པ་ཡང་རྩ་བ་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ལ་ཐུག་པས། ཇི་  
སྲིད་དེ་མ་སྤངས་བར་དེ་སྲིད་འཁོར་བ་ལས་མི་ཐར་ལ། དེ་འདྲའི་མ་རིག་པ་དེ་སྤོང་ཕྱིར་བདག་མེད་  
ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་བརྟེན་པ་དང་། བདེ་སྤྲུག་ཐམས་ཅད་རང་རང་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་

པའི་རྟེན་འབྲུང་གི་ནམ་གཞག་ཕྱི་ཤིང་ཕྱ་པར་རྒྱ་མཚན་ལྡན་ལ། གོ་རིམ་མ་འབྲུགས་པ། ཁམས་གཙང་ཞིང་། སྒྲིམ་བྱ་མཆོག་དམན་ཀློན་གྱིས་ཉམས་སྤྲོད་བའི་གྲུབ་མཐའ་ནི། ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁོ་ནའི་ཁྱད་ཆོས་སུ་མཐོང་བྱུང་ན། རྟོན་པའི་ཡང་རྟོན་པར་གྱུར་བ། མཐུན་བཅེ་རྒྱས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་དེ་ལ་ཡང་། རྟོན་པ་འདྲ་འདྲའི་དབུས་ནས་མི་འདྲ་བ་དང་། དེས་བསྟན་པའི་བསྟན་པ་ལ་འང་མི་ཕྱེད་པའི་དད་པ་སྦྱེ་བ་ཞིག་ཡོང་ངོ་། །

**རྒྱལ་བ་དེན་ནི།** རྒྱ་ལས་ཉོན་ཆུས་འཕངས་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ལ་རྒྱལ་བ་དེན་ཞེས་བཞེད་དོ། །དེ་ཡང་རྫོང་གི་འཛིག་རྟེན་དང་བཅུད་གི་སེམས་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་ལྔ་ཡང་རྒྱལ་བ་དེན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལས་ཉོན་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་སྐྱེས་ལ་ང་རང་ཆོའི་སྒྲོམ་ངས་པའི་དབང་གིས་དཔེར་ན། ཟག་བཙས་གྱི་ཕུང་པོ་མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པར་འཛིན་པ། རྒྱལ་བ་སྤྲལ་བ་ལ་བདེ་བར་འཛིན་པ། མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བར་འཛིན་པ། བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་གྱུབ་པར་འཛིན་པ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིན་ལ། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བ་སྤྲལ་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ་རིས་འགའ་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར། རྒྱལ་བ་སྤྲལ་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་བ་སྤྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱལ་བ་སྤྲལ་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཆོས་ཅན། གཙང་བས་སྦྱོང་བ་ཡིན་ཏེ། དབང་སྦྱར་བ་པོའི་བདག་དོན་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱལ་བ་སྤྲལ་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཆོས་ཅན། བདག་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་དབང་པའི་བདག་གི་ངོ་ཐོར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སྐྱེས་གསུང་རབ་ལས་ཡང་དག་པའི་རིགས་པའི་ལམ་ལས་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་ལན་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཡང་ཡང་མཇུག་གྱུར་ན་སངས་རྒྱུ་པའི་བསྟན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་མཐོང་བའི་དད་པ་མ་མེད་པ་སྦྱེ་བའི་གནད་དམ་པོའོ། །དེ་ཡང་རང་སྟོང་དུ་གྱུབ་པའི་རྒྱལ་བ་སྤྲལ་རྣམས་རྒྱལ་བ་སྤྲལ་དུ་མ་ཤེས་ན་དེ་ལས་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཡང་རྣལ་མ་ཞིག་མི་འབྱུང་སྟེ། བཞི་བརྒྱུ་པ་ལས། གང་ལ་འདི་སྦྱོ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ལ་ཞི་སྦྱོ་ག་ལ་ཡོད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱལ་བ་སྤྲལ་ངོ་ཤེས་པའི་



སྒོ་ནས་རྒྱལ་བསྐལ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་དགོས་པས། དེས་ན་རྒྱལ་བསྐལ་གྱི་ནམ་གངས་འགའ་བཟོད་  
ན། རྒྱལ་བསྐལ་བརྒྱུད་དུ་བསམ་ནས་བསྒྲིམ་པ། དུག་དུ་བསམ་ནས་བསྒྲིམ་པ། གསུམ་དུ་བསམ་  
ནས་བསྒྲིམ་པ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་པས་དེ་ནམས་གྱི་མིང་ཙམ་བཟོད་པར་བྱའོ།

**རྒྱལ་བསྐལ་བརྒྱུད་དུ་བསམ་པ་ནི།** ༡༥ རྒྱ་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་དང་། ༡༦ ཇ་བའི་རྒྱལ་  
བསྐལ། ༡༧ ར་བའི་རྒྱལ་བསྐལ། ༡༨ འཆི་བའི་རྒྱལ་བསྐལ། ༡༩ མི་རྒྱལ་པ་དང་འཕྲད་པའི་རྒྱལ་  
བསྐལ། ༢༠ རྒྱལ་པ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱལ་བསྐལ། ༢༡ འདོད་པ་བཅའ་ཏེ་མ་རྟོག་པའི་རྒྱལ་བསྐལ།  
༢༢ ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་ལྡེ་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་བཅས་བསམ་པའོ།

**རྒྱལ་བསྐལ་དུག་དུ་བསམ་པ་ནི།** ༡༥ ངེས་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་དང་། ༡༦ ངོས་ས་  
པ་མེད་པའི་ཉེས་པ། ༡༧ ལུས་སྒོག་ཡང་ཡང་དོར་བའི་ཉེས་པ། ༡༨ ཡང་ཡང་འཁོར་བར་ཉིང་  
མཚམས་སྒྲིར་བའི་ཉེས་པ། ༡༩ ཡང་ནས་ཡང་དུ་མཐོང་མན་དུ་གྱུར་བའི་ཉེས་པ། ༢༠ གྲོགས་  
མེད་དུ་གྱུར་བའི་ཉེས་པ་བཅས་སོ།

**རྒྱལ་བསྐལ་གསུམ་དུ་བསམ་པ་ནི།** ༡༥ རྒྱལ་བསྐལ་གྱི་རྒྱལ་བསྐལ། དཔེར་ན། རྒྱ་  
འགོ་ཆང་མས་རྒྱལ་བསྐལ་དུ་བཅི་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་ནམས་སོ། ། ༡༦ འགྱུར་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་ནི།  
དཔེར་ན། ང་རང་ཆོས་བདེ་བར་བཅི་བའི་ཟག་བཅས་གྱི་བདེ་བ་ནམས་སོ། ། ༡༧ ཁྱབ་པ་འདྲ་  
བྱེད་གྱི་རྒྱལ་བསྐལ་ནི། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་གྲུབ་ཅམ་ཉིད་ནས་རང་གི་ངོ་  
བོ་ཁྱབ་པ་འདྲ་བྱེད་གྱི་རྒྱལ་བསྐལ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་འགྱུར་མ་འོངས་པའི་རྒྱལ་བསྐལ་འདྲེན་པར་བྱེད།  
ཆོ་འདི་ཡི་རྒྱལ་བསྐལ་སྒྲུ་ཆོགས་སྒྲེ་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་འཁོར་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་ནམས་  
ཐོག་མར་ལེགས་པར་ར་འཕྲོད་ཐུབ་ན་དེ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཡང་ངང་གིས་འབྱུང་བར་འགྱུར། ཅི་  
ཆེ་རྒྱལ་བསྐལ་དུ་ར་མ་འཕྲོད་ན་དེ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཡང་ཡོང་ས་མེད་པས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ནམས་  
གྱིས་ཐོག་མར་འཁོར་བ་རྒྱལ་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ངོ་འཕྲོད་པར་བྱ་བྱ་ནི་གཞན་དམ་པའོ། ། དེ་

ལྟར་རྒྱ་ལས་ཉོན་ལ་བརྟེན་ནས། འབྲས་བུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་སྐྱེ་འཆི་རང་དབང་མེད་པར།  
སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱུན་མར་མྱོང་དགོས་པའི་རྣམ་གཞག་ནི། བདེན་པ་བཞི་ལས་བདེན་པ་དང་པོ་གཉིས་  
ཏེ། འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་མཛད་པའོ། །

འོན་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཅན་གྱི་འཁོར་བ་ལས་ཕྱོགས་ཚུ་ཡ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེན། དེ་ནི། སྤྱག་  
བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ལ་དེ་སྤོང་བྱེད་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་བསྐྱེལ་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་རྣམས་ཡིན་  
ལ། དེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱ་བ་རྟེན་མས་སུ་སྒྲུངས་ནས་འཁོར་བ་ལས་ཕྱོགས་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་  
ན། །དེ་ཡང་། ང་རང་ཆོའི་སྒོར་སྤྱིར་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཙ་བ་ནས་སྤོང་རྒྱ་ཡོད་མེད་ལ་ཐེ་ཆོས་ཙམ་ཡང་  
མི་ཟེའིང་། གལ་ཏེ་ཐེ་ཆོས་ཟན་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་དབང་ལས་འཁོར་བར་འཁོར་བར་བྱེད་དོ། །ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ལ་ཡང་། ཐར་ལམ་མེད་པར་འཛིན་པ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཐར་ལམ་དུ་མ་  
ཤེས་པ། བསམ་གཏན་གྱི་བྱེད་པར་འགའ་ཞིག་ཐར་ལམ་དུ་འཛིན་པ། སྤྱག་བསྐྱེལ་གཏན་ཟད་གྱི་  
ལམ་མེད་པར་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་རྣམས་བྱུང་ངོ། །དེ་ཡི་གཉེན་པོར། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཐར་པར་བགྱོད་བྱེད་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། རིགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་  
པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། སྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་  
ཏེ། འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་མ་རིག་པ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་ཞུགས་  
པ་ཡིན་ལ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སྒོ་དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་  
སྟེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། ངས་འཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་  
ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་དེའི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་སྒྲར་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཐར་ལམ་  
མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཐར་པ་ནི་གཟུགས་ཅན་དུ་མི་འདོད་དེ་གོང་དུ་བཤད་པའི་ལམ་བདེན་གྱིས་སྤངས་ཏུ་

སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཞིག་ལ་བཞུགས་ཏོ། (དེ་ཡང་གོ་བདེར་བཞུགས་ན་གཉེན་པོའི་སྤྲུལ་གྱིས་རང་གི་སེམས་  
སྤངས་དུ་བྱི་མ་དག་པའི་དག་ཆ་ཞིག་ལ་བཞུགས་ཏོ།) འོན་ཀྱང་ང་རང་ཆོར་སྤྱིར་ཐར་པ་ཞེས་པ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་  
མེད་ལ་དོགས་པ་ཙམ་ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང་། གལ་ཏེ་དོགས་པ་ཙམ་བྱུང་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་དབང་  
ལས་ཐར་པར་ལོག་པར་ཞུགས་པའོ། །དེ་ཡང་ཐར་པ་མེད་པར་འཛིན་པ། ཟག་བཙས་གྱི་བྱུང་  
པར་འགའ་ཞིག་ཐར་པར་འཛིན་པ། སྤྱག་བསྐྱལ་འགག་པ་ལས་སྤྱག་པའི་ཐར་པ་ཡོད་པར་འཛིན་  
པ། སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་རེ་ཞིག་ཐར་ཡང་སྤྱར་ཞོག་པར་འཛིན་པ་སོགས་ཡོད་ལ། དེ་ཡི་ལོག་ཏོག་  
སེལ་བྱེད་དུ། སྤྱག་བསྐྱལ་གཏན་ནས་ཟད་པའི་འགོག་པའི་བདེན་པ་ནི་ཆོས་ཅན། འགོག་པའི་  
རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱལ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱག་བསྐྱལ་གཏན་ནས་ཟད་པའི་  
འགོག་པའི་བདེན་པ་ནི་ཆོས་ཅན། ཞི་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཞི་བའི་ཞི་བ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། སྤྱག་བསྐྱལ་གཏན་ནས་ཟད་པའི་འགོག་པའི་བདེན་པ་ནི་ཆོས་ཅན། གྱུ་མོམ་པའི་རྣམ་པ་  
ཡིན་ཏེ། ཉག་ཏུ་ཕན་བདེའི་ངོ་ཐོར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱག་བསྐྱལ་གཏན་ནས་ཟད་པའི་འགོག་  
པའི་བདེན་པ་ནི་ཆོས་ཅན། ངས་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱལ་སྤངས་ཏུ་མེད་པའི་  
འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འོན་ཀྱང་ རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྤྱག་བདེན་དང་རྒྱ་ལམ་བདེན་ལས་འབྲས་  
བུ་འགོག་བདེན་བྱུང་བའི་གོ་རིམ་དེ་ཁྱར་ཡིན་ན། བཙོམ་ལྡན་འདས་གྱིས། འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་འགོག་པ་འཕགས་  
པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་ལམ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །ཞེས་སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པ་ཐོག་མར་  
གསུངས་པ་དང་མི་འགལ་ལམ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། གོང་དུ་བཤད་པ་ནི་རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་ལ། འདི་ནི་ཡུལ་ཅན་མངོན་པར་དོགས་པ་སྤྱི་བའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་མཛད་པ་རྟེན་མས་

ལེན་གྱི་གནད་སྟོན་པའི་གདམས་པ་མད་དུ་བྱུང་བའོ། །

དེ་ཡང་། འདི་ནི་ཞེས་ཉེ་ཆོག་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ང་རང་ཆོ་ཡི་ཟག་བཅས་  
 གྱི་ཡུང་པོ་འདི་རྩལ་བདེན་དུ་ཤེས་ཆེད་དང་རྩལ་བསྐྱེད་ཐོག་མར་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། རྩལ་  
 བསྐྱེད་ཅན་གྱི་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་ཐོག་མར་རྩལ་བསྐྱེད་རྩལ་བསྐྱེད་དུ་ཤེས་དགོས་ཤིང་། རྩལ་  
 བསྐྱེད་རྩལ་བསྐྱེད་དུ་མཐོང་བའམ་ངོས་འཛིན་ཇི་ཅམ་ཐུབ་པའི་ཆོད་གྱིས་དེ་སྤྱང་འདོད་པའི་སྒོ་ཡང་  
 བྱགས་དྲག་པ་སྦྱེད་ལ། དེ་བསྦྱེད་པས་དེ་ཡང་རྒྱ་མ་བརྒྱུག་པར་འབྲས་བུ་མི་བརྒྱུག་པར་ཤེས་ནས།  
 དེའི་རྒྱ་ཇི་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་སྒོ་འབྱུང་བ་ལ་རྩལ་བདེན་གྱི་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་དུས་གཉིས་པར་གསུངས་སོ།།

རྩལ་བདེན་གྱི་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་ཐུབ་པ་ན། དེ་སྤྱང་རྩལ་སྤྱང་ཆེ་རྩལ་  
 བསྐྱེད་འགགས་པའི་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་བར་འདུན་པ་བྱགས་དྲག་ཞིག་འབྱུང་བས་འགོག་པ་དུས་  
 གསུམ་པར་གསུངས་སོ། །ཐར་པ་འགོག་བདེན་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟེ་མ་པའི་སྒོ་བྱུང་བ་ན།  
 དེ་མངོན་དུ་བྱ་རྒྱུའི་ཐབས་ཤེས་ངང་གིས་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོང་བས། དེའི་ཐབས་སམ་ལམ་བདེན་དུས་  
 བཞི་པར་གསུངས་སོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར། ཇི་སྟེན་རྩལ་བསྐྱེད་རྩལ་བསྐྱེད་དུ་མ་ཤེས་པ་དེ་སྟེན་  
 དུ་དེ་སྤྱང་འདོད་གྱི་སྒོ་མི་འབྱུང་བས་རྩལ་ཀུན་ནི་བའི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཡང་འོང་ས་མེད་པས་ཐར་  
 འདོད་ནམས་གྱིས་ཐོག་མར་འཁོར་བ་རྩལ་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་རྒྱལ་ཤེས་པ་ནི་གནད་དམ་པའོ། །དེ་  
 ཡང་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས།

།ནད་ནི་ཤེས་བྱ་ནད་གྱི་རྒྱ་ནི་སྤང་བྱ་ལ། །བདེ་གནས་ཐོབ་བྱ་སྟོན་ནི་བརྟེན་པ་བྱ་བ་ལྟར།

།རྩལ་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ལམ། །ཤེས་བྱ་སྤང་བྱ་རིག་པར་བྱ་ཞིང་བརྟེན་  
 པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ལྟར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་ཞེས་འཕགས་པ་དང་བདེན་པ་  
 གསུངས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྤྱིར་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ལས་འབྲས་བུ་རྩལ་བདེན་འབྱུང་བ་གཞི་དངོས་  
 གོའི་གནས་རྒྱལ་ལ་བདེན་པ་དང་། རྒྱ་ལམ་བདེན་ལས་འབྲས་བུ་འགོག་བདེན་འབྱུང་བ་ཡང་གཞི་

དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་བདེན་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་འཕགས་པ་ནམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་  
དུ་མ་བྱེན་གྱི། སོ་སྤྲོ་ནམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱོད་ཡུལ་མིན་པས་དེ་ལྟར་བཟོ་དེ།

གཞན་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་འཁོར་བར་འདུག་ལྡོག་གི་  
ནམ་གཞག་མདོ་ཙམ་བཟོ་དེ་ན། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་གངས་འབྲེན་ཙམ་ནི།

དང་པོ་མ་རིག་པ། རང་འབྲས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མའི་ལས་ཀྱང་ནས་སྒྲོང་བྱེད་ཀྱི་མི་ཤེས་  
པ་སྤྱི་མ་རིག་པ།

གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས། མ་རིག་པས་ཀྱང་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མ་འཕེན་  
བྱེད་ཀྱི་ལས་ནམས་སོ། །

གསུམ་པ་ནམ་ཤེས། གོང་གི་ལས་ཀྱི་ནམ་སྤྲིན་འཕེན་མ་བཟེན་བར་གྱི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
བསྒྲིག་ཞིར་གྱུར་བའི་ནམ་ཤེས་དེའོ། །

བཞི་པ་མིང་གཟུགས། རྩ་པ་སྤྱི་མ་ཆེད་ཀྱི་རྩ་རིལ་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱི་སྲིད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་  
ནམ་སྤྲིན་གྱི་ཕུང་པོ་དེའོ། །

རྩ་པ་སྤྱི་མ་ཆེད། རྩོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ནམ་སྤྲིན་གྱི་ཕུང་པོ་ནམས་སོ། །

དུག་པ་རིག་པ། ཡུལ་དབང་ནམ་ཤེས་གསུམ་པ་ཕྱད་ནས་ཡུལ་གྱི་འགྱུར་བ་སྤྱོད་པ་བྱེད་  
པའི་སེམས་བྱུང་ནམས་སོ།

བདུན་པ་ཆོར་བ། སེམས་སྤྱོད་པའི་ནམ་པ་ཅན་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ནམས་སོ། །

བརྒྱད་པ་སྲེད་པ། གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐུ་ཆེན་དུ་གཏོང་བར་བྱེད་  
པའི་འདོད་ཆགས་སུ་དམིགས་པ།

དགུ་པ་ལེན་པ། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པའི་  
འདོད་ཆགས་སུ་དམིགས་པ།

བརྒྱུ་པ་སྤྲོད་པ། སྤྲོད་ལེན་གཉིས་ཀྱིས་གསེས་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཉིས་པ་འདྲ་བྱེད་  
ཀྱི་ལས་དེ་སྐྱེ་བ་འཕེན་ནས་ཀྱི་ལས་སྤྱུར་པ་ལོ། །

བརྒྱུ་གཅིག་པ་སྐྱེ་བ། རྟེན་འབྲེལ་ཚར་གཅིག་པའི་སྐྱེ་བའི་སྤྲོད་པས་བརྒྱུས་པ་ལོ། །

བརྒྱུ་གཉིས་པ་ག་ཤི །རྟེན་འབྲེལ་ཚར་གཅིག་པའི་སྐྱེ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་ན་ཆོད་གཞན་  
དུ་འགྱུར་བ་དང་ཕུང་པོ་རིགས་མཐུན་དོར་བ་གང་རུང་གིས་བརྒྱུས་པ་ལོ། །

**མཚོན་བྱེད་དཔེ་ཡི་ཐོག་ནས་མཚོན་བྱ་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱུ་གཉིས་མཚོན་ཚུ་ལ་ནི།**

༡༽ ཆས་འཁོག་དམུས་ལོང་གི་འཁར་རྒྱག་ལ་བརྟེན་པ་དེས་མ་རིག་པ་མཚོན་ཏེ། དེས་  
འགོ་ཡུལ་ཡང་དག་པ་དང་མ་དག་པ་མ་ཤེས་པར་འགོ་ཡུལ་ལ་གྲུ་ཆོམ་དུ་འདྲག་པ་བཞིན་དུ་མ་རིག་  
པས་ཀྱང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་མ་རིག་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་འདྲག་པའི་ཕྱིར།

༢༽ རྩ་མཁན་གྱིས་གཉིས་པ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ལས་མཚོན་ཏེ། རྩ་མ་བཟོ་དབྱིབས་ཆེ་ཆུང་སྣ་  
ཆོགས་རྩ་མཁན་གྱིས་བྱས་པ་བཞིན་ནམ་སྟོན་གྱི་ཕུང་པོ་བཟང་དཔྲ་སྣ་ཆོགས་གཉིས་པ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་  
ལས་ཀྱིས་བྱས་པའི་ཕྱིར།

༣༽ སྤྲུམ་ནམ་ཤེས་མཚོན་ཏེ། སྤྲུམ་གནས་གཅིག་དུ་མི་རྟོག་པར་གང་སར་ཤིང་  
རྟོག་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་འགོ་བ་བཞིན་ནམ་ཤེས་ཀྱང་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སེམས་མ་གནས་པར་  
ཚུ་ལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་རྟོག་གི་རྩེས་སུ་རྒྱགས་ཤིང་ནམ་སྟོན་ཕུང་པོ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་  
དེ་འཁོར་བར་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་བའི་ཕྱིར།

༤༽ བྱ་གཟིངས་ཀྱིས་མིང་གཟུགས་མཚོན་ཏེ། བྱ་གཟིངས་ཀྱི་འབྲུལ་པའི་དངོས་རྩེས་  
འཛིག་སའི་རྟེན་དང་འབྲུལ་པ་ཕ་རོལ་དུ་སྐྱེལ་བ་བཞིན་མིང་གཟུགས་ཀྱིས་ཆེ་འདི་ཡི་བདེ་སྤྱག་མྱོང་  
པའི་རྟེན་དང་ཕྱི་མར་འགོ་བ་གཞན་དུ་འཕྲོ་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

༥༽ གསར་དུ་བྱུང་པའི་ཁང་སྟོང་གིས་སྐྱེ་མཆོད་མཚོན་ཏེ། ཁང་པ་གསར་དུ་བྱུང་པ་

དང་ཁང་བདག་གནས་བཅའ་དགོས་པ་བཞིན་སྒྲུ་མཆོད་སྐབས་དབང་པོ་ལྟ་གྲུབ་ཙམ་ལས་ཁང་བདག་  
དང་འབྲེལ་བའི་དབང་ཤེས་གྲུབ་མེད་པའི་ཕྱིར།

༤༥། རོ་མོ་ཕན་ཚུན་འབྲུད་པས་རེག་པ་མཆོན་ཏེ། དེའི་ཆེ་ལུས་དབང་ལ་བརྟེན་པའི་ལུས་  
ཤེས་གསར་དུ་གྲུབ་པ་བཞིན་རེག་པའི་སྐབས་ལུས་དབང་ནམ་ཤེས་གསུམ་ཕྱད་པས་རེག་བྱ་འཇམ་  
རྩལ་ལ་རེག་པའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་གི་དེས་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་འདྲེན་མི་རྣམས་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༤༦། མིག་ལ་མདའ་བྲུག་པས་ཆོར་བ་མཆོན་ཏེ། མིག་ལ་རྒྱུན་ཚུང་དུས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་  
ཆོར་བ་འདྲེན་རྣམས་པ་བཞིན་བདུན་པ་ཆོར་བའི་སྐབས་ནམ་ཤེས་རྣམས་པ་ཇེ་ཆེར་ཕྱིན་ནས་རེག་བྱ་ཆ་  
གང་ལས་བདེ་སྤྱག་གི་ཆོར་བ་ངང་གིས་འདྲེན་པའི་ཕྱིར།

༤༧། སྒྲུ་བོ་ཆང་འཐུང་བས་སྟེད་པ་མཆོན་ཏེ། ཆང་འཐུང་སྒྲུ་བོ་ཆང་ཇི་ཙམ་བདུང་བ་དེ་  
ཙམ་འདོད་པ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བ་བཞིན་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟེད་པ་དང་། བདེ་  
བ་དང་ཐུན་འདོད་ཀྱི་སྟེད་པ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བའི་ཕྱིར།

༤༨། སྒྲུ་བོ་ཞིག་གི་རྒྱབ་དུ་སྒྲུ་བོ་འབྱུང་ནས་ཤིང་ཏོག་ལེན་པ་དེས་ལེན་པ་མཆོན་ཏེ། འདོད་  
པ་ཇེ་ཆེར་འཕེལ་བ་ལས་བྲལ་བ་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་པ་བཞིན། ལེན་པའི་སྐབས་སུ་སྟེད་པ་ཇེ་ཆེར་འཕེལ་  
ནས་ཡང་སྟེད་ཕྱི་མ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་དངོས་སུ་རྩིས་བཞིན་པའི་ཕྱིར།

༤༩། བུད་མེད་སྒྲུམ་མས་སྟེད་པ་མཆོན་ཏེ། བུད་མེད་སྒྲུམ་མ་ཕྱག་སྒྲུ་བ་ལ་མཛོན་དུ་  
ཕྱོགས་པ་བཞིན་གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་སྟེད་ལེན་སྟེད་པས་གསོས་བདེབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུ་  
བ་སྒྲུབ་པ་ལ་མཛོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་ཕྱིར།

༥༠། དུག་བཅས་པས་སྒྲུ་བ་མཆོན་ཏེ། མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ཐོར་ནས་བཅས་པ་བཞིན་  
དུ་བར་སྟེད་ཐོར་ནས་སྟོན་དུས་ཀྱི་སྟེད་པ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

༥༡། རོ་འཁྱུང་བས་ཀ་ཤི་མཆོན་ཏེ། ཀ་བ་ནི་ན་ཆོད་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། འཆི་བ་

ནི་ལུས་སེམས་འབྲེལ་བ་ཆད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་མ་རིག་པ་ལས་གཉིས་པ་འདྲ་བྱེད་གྱི་ལས། དེ་ལས་  
ནམ་ཤེས་སོགས་རྒྱ་ཁྲ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་འབྲུང་བ་ནི། ཉོན་མོངས་སྟོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་  
ལུགས་འབྲུང་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱན་འབྲུང་འཁོར་བའི་འདྲུག་རིམ་ལ་མོངས་  
པ་བརྒྱུག་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་བདེ་སྤྱག་སྒྲ་ཚོགས་པ་ནམས་རང་རང་གི་ལས་བཟང་ངན་ལས་བྱུང་  
བ་ཡིན་པ་འདིས་ཤེས་ནུས་ན་ཅིའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ཁས་ལེན་དགོས་སམ།

ཡང་ན་གི་གང་ལས་བྱུང་ན་སྟེ་བ་ལས་བྱུང་། སྟེ་བ་སྤྱིད་པ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་  
ནམས་རྒྱ་ཁྲ་མ་ལས་འབྲུང་བའི་རིམ་པ་སྟེ། རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་སྟོགས་ནམ་གཞག་འདི་ལེགས་  
པར་ཤེས་ན། ལུལ་ཅན་མདོན་པར་རྟོགས་པ་སྟེ་སྒྲ་བ་དང་། རང་ལ་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་རང་གི་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུར་ཤེས་ནུས་ཤིང་དེ་རྒྱས་ན། གཞན་ལ་ཁག་དགྱི་འཁོན་འཛིན་  
གྱི་སྒོ་ཡང་རང་གྲུགས་གྱིས་རྒྱུང་དུ་འགོ་བའི་གནད་དམ་པའོ།

དེ་བཞིན་ནམ་བུང་སྟོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྲུང་ནི། བདེན་བཞིའི་སྐབས་བཤད་  
ཟིན་ལྟར་རྒྱ་ལམ་བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་འགོག་བདེན་ཐོབ་པའི་རིམ་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་  
ཉོན་མོངས་སྟོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་མ་རིག་ཡིན་ལ། དེ་དང་འཛིན་སྒྲུངས་དངོས་  
སུ་འགལ་བའི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བའི་སྒྲུང་དུ་ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་རིམ་གྱིས་བགྱིས་ནས། མཐར་བདག་མེད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་རང་རྒྱུད་ལ་ནམ་སྟེས་པ་ན་ངན་འགྲོའི་སྟེ་བ་ལས་འཕགས་པའི་འཕགས་པའི་གང་བཤད་པ་ལམ་  
མཐོང་ལམ་ཐོབ་ལ། སྤང་བྱུང་ཉོན་མོངས་ཀྱན་བཏགས་རིགས་ནམས་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ལ་སྒྲིམ་ལམ་  
སྐབས་ཉོན་མོངས་ལྟན་སྟེས་ས་པོན་དང་བཅས་རིམ་གྱིས་སྤངས་ནས་མཐར་སྒྲིམ་ལམ་རྩི་རྩི་བྱུང་  
ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྐབས་ཉོན་མོངས་ལྟན་སྟེས་ས་པོན་དང་བཅས་མ་ལུས་སྤྱོད་བར་བྱེད་ལ། དེ་སྤངས་  
པའི་སྤངས་པ་ནམ་ཐོབ་པ་ན། གང་བཤད་དེ་ཐར་པ་ཐོབ་ཅིང་དགའ་བཅོམ་པར་གྱུར་རོ། །བདག་མེད་



རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་རིག་པ་འགག་པས་འདུ་བྱེད་འགག་པ་དང་། འདུ་བྱེད་འགག་པས་ནམ་ཤེས་འགག་པ་སྒྲིགས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འགག་པས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་འགག་པ་དེར་ནམ་བུ་ཕྱོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་བུང་དང་། ཡང་ག་གི་འགག་པ་དེ་སྤྱི་བ་འགག་པ་ལ་རྟོགས་དགོས་པ་སྒྲིགས་འབྲས་བུ་ཞུག་པ་རྒྱ་ཞུག་པ་ལ་རྟོགས་དགོས་པའི་ནམ་གཞག་ནི་ཡུལ་ཅན་མདོན་པར་རྟོགས་པ་སྤྱི་བའི་ནམ་བུང་ཕྱོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་ཞུག་གི་རིམ་པའོ། །

དེའི་ཕྱིར་ཐར་པ་ཞེས་པ་ནི་རང་གི་སེམས་སྟངས་གི་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མ་དག་པའི་དག་ཆ་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད་གྱི། ཐར་པ་ཞེས་པ་གཟུགས་ཅན་ཞིག་དང་། ཡུལ་གཞན་ཞིག་ཏུ་སྤྱི་བ་ལེན་པ། མི་གཞན་གྱི་ལུས་གྱི་ཆ་གས་པན་ཚུན་བརྩེ་པོ་བརྒྱབ་རྒྱུ་ཡོད་པ་བཞིན། ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དགྲ་བཙུན་པའི་རྒྱུད་གྱི་ཐར་པ་དེ་ཐར་པ་མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ནམས་ལ་སྦྱོན་རྒྱུ་ཡོད་པ་མིན་པས་ཐར་པ་ནི་རང་རྒྱུད་གྱི་སེམས་སྟངས་གི་ཉོན་མོངས་པའི་སྦྱོན་ནམས་གཉེན་པོའི་རྟོགས་གྱིས་རིམ་བཞིན་རྩེ་རྒྱུ་དུ་བཏང་ནས་མཐར་སེམས་སྟངས་གི་དྲི་མ་དག་པའི་ཆ་ཞིག་ལ་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་རྟོན་པ་བཀའ་བྲིན་ཅན་གྱི་གསུང་ལས།

ང་ཡི་བྱེད་ལ་ཐར་པའི་ལམ་རྟོན་གྱི། ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས། ཞེས་དང་། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱོད་གྱི་གསུང་ལས།

ཐར་པ་བདག་ལ་རག་ལས་དེ་ལ་ནི། །གཞན་གྱི་གོགས་བགྱིས་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་པས། །

ཐོས་དང་རྒྱུ་ཁྲིམས་བསམ་གཏན་རྒྱལ་པ་ཡིས། །བདེན་པ་ནམ་པ་བཞི་ལ་འབད་པར་མཛོད། །  
ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །གོང་གི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གོ་རིམ་ནི། ༡ མ་རིག་པ་དང་། ༢ འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས། ༣ ནམ་ཤེས། ༤ སྤྱི་བ། ༥ ལེན་པ། ༦ སྤྱི་བ་རྟེན་རྒྱུ་ཡི་རྟེན་འབྲེལ་དུག ༧ སྤྱི་བ་དང་། ༨ མིང་གཟུགས། ༩ སྤྱི་མཆོད། ༡༠ རིག་པ། ༡༡ ཆོར་པ། ༡༢

གླི་ཁྱེ་ཅི་རིགས་པ་སྟེ་འབྲས་བུ་འདི་རྟོན་འབྲེལ་དུག་སྟེ་ལས་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པའི་རྟོན་འབྲེལ་ཡན་  
ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལགས་སོ། །

རྟོན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བརྩམ་ཚུལ། རྟོན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་བརྩམ་

ན་བཞིར་བརྩམ་བ། གསུམ་དུ་བརྩམ་བ། གཉིས་སུ་བརྩམ་ཚུལ་ཡོད་པ་ལས་དེ་ནམས་ངོ་པོ་ཅམ་བཟོད་ན།

- མ་རིག་པ། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས་གསུམ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག
- མིང་གཟུགས། སྒྲེ་མཆོད། རེག་པ། ཆོར་བ་བཞི་འཕངས་པའི་ཡན་ལག
- སྟོང་། ལེན། སྟོང་པ་གསུམ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག
- སྒྲེ་བ། གླི་ཁྱེ་ །གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་དུ་བརྩམ་སྟེ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཤིང་ཆོན་བཞི་དུ་བརྩམ་ཚུལ་ལོ། །
- མ་རིག་པ། སྟོང་པ། ལེན་པ་གསུམ་ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ།
- འདུ་བྱེད། སྟོང་པ། ལས་ཀྱི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ།
- ལྷག་མ་བདུན་སྒྲེ་བའི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བརྩམ་སྟེ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་སྟེ་ཆོན་གསུམ་  
དུ་བརྩམ་ཚུལ་ལོ། །
- མ་རིག་པ། འདུ་བྱེད། སྟོང་པ། ལེན་པ། སྟོང་པ་དང་ལྗོན་ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པར་བརྩམ་པ་དང་  
ལྷག་མ་བདུན་སྒྲེ་བའི་དུ་བརྩམ་སྟེ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་བདེན་པ་བཞི་དང་སྟེ་ཆོན་གཉིས་  
སུ་བརྩམ་ཚུལ་ལོ། །

རྟོན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་ཆོ་དུ་ལ་རྫོགས་ཤིང་། ཆོ་གཅིག་ལ་རྫོགས་པ་

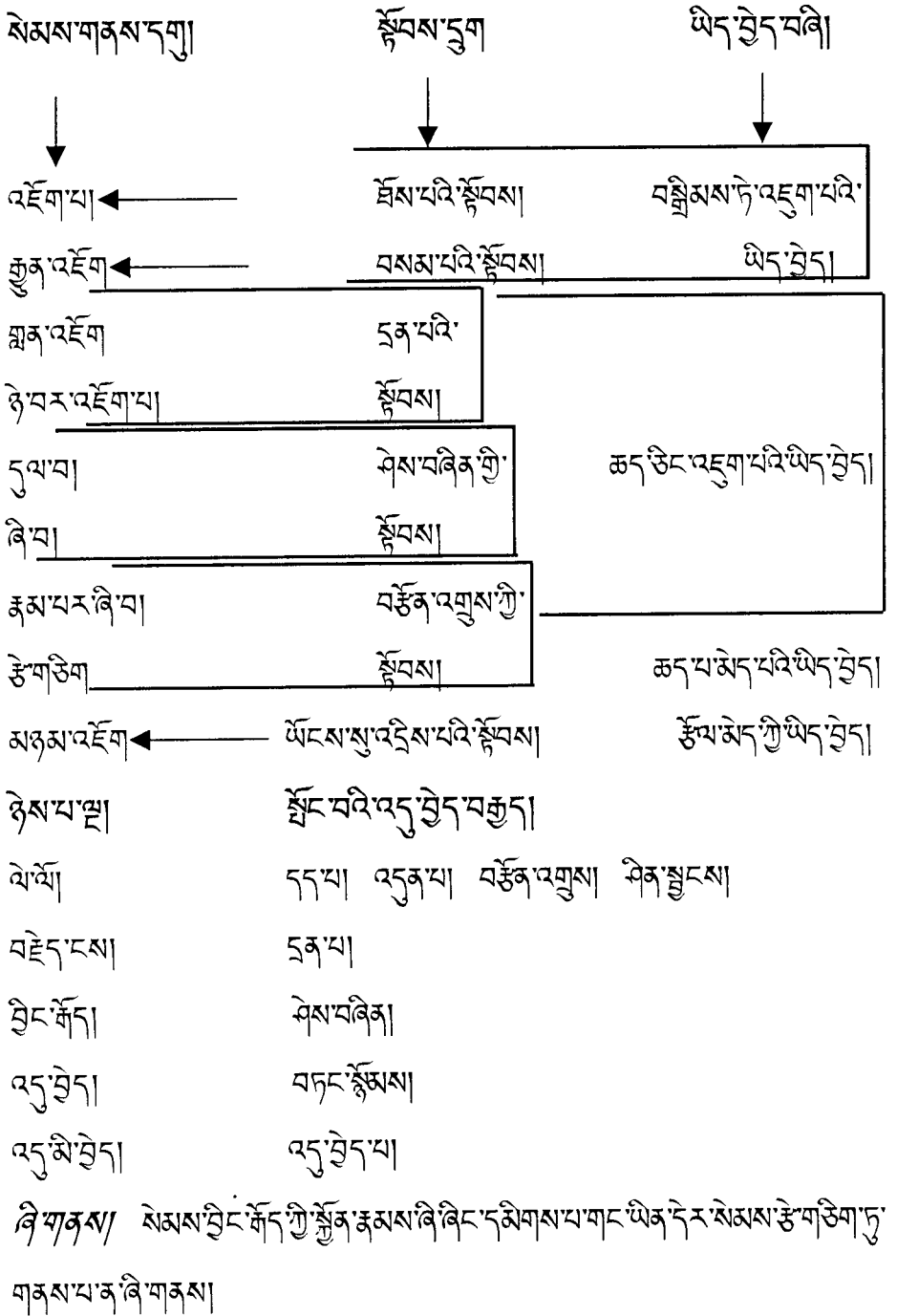
མེད་ལ། ཆོ་གཉིས་ལ་རྫོགས་པ་ཆོ་གསུམ་ལ་རྫོགས་པས་བྱུང་བོ། །དེ་  
ཡང་། དཔེར་ན། མེ་ཡི་རྟོན་འདིར་སྒྲེ་བ་སྒྲེ་མ་མིར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་དང་། ལྷར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་  
ལས་གཉིས་བསགས་པ་ན་འཆི་ཁར་ལྷར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་སྟོང་ལེན་སྟོང་པས་གསོས་བཏང་ནས་

ལྟར་སྐྱེས་ན། ལྷ་ཡི་ཉེན་འབྲེལ་ལྷ་མའི་ཉེན་ལ་ཇོགས་ལ། འབྲས་བུའི་ཉེན་འབྲེལ་བདུན་ལྷ་ཡི་ཉེན་ལ་ཇོགས་པས་ཆོ་གཉིས་ལ་ཇོགས་ཚུལ་ལོ། །ཡང་ལྷ་དེ་ཡི་སྐྱེ་བ་སྤྱིན་མ་མི་ཡི་ཉེན་དེར་མིར་སྐྱེ་བྱེད་གི་མ་རིག་པ་དང་། འདུ་བྱེད། ལྷ་དུས་གྱི་ནམ་ཤེས་གསུམ་ཇོགས་ལ། དེ་ནས་ལྷ་དེ་འཆི་ཁར་མིར་འཕེན་བྱེད་གྱི་སྤྱིན་གྱི་ལས་དེར་གསོས་འདེབས་བྱེད་གྱི་སྤྱེད་ལེན་སྤྱེད་པ་གསུམ་ཇོགས་ལ། དེ་ནས་ལྷ་དེ་འཆི་འཕྲོས་ནས་མིར་སྐྱེས་པ་ན་འབྲས་བུའི་ཉེན་འབྲེལ་བདུན་མི་ཡི་ཉེན་ལ་ཇོགས་པས་ཆོ་གསུམ་ལ་ཇོགས་ཚུལ་ལོ། །

དེ་ལྟར་བདེན་པ་བཞི་དང་། ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་སྒོ་ནས་འཁོར་བར་འཁོར་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། འཁོར་བར་ཡིད་འབྱུང་དང་ཐར་པའི་ཕན་ཡོན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་ལམ་བསྐབ་པ་གསུམ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་བསྐབ་གསུམ་གྱི་ནང་ཆོན་དང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་བསྐབ་པས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཉེས་སྦྱོད་ལས་སྡོམ་སྟེ་དུལ་བར་བྱེད། གཉིས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐབ་པས་སེམས་བྱིང་ཆོད་དང་ནམ་ཉོག་ཞི་བར་བྱས་ནས་ཉོན་མོངས་འབྱར་འཛིམས་བྱེད། གསུམ་པ་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐབ་པས་ཉོན་མོངས་གྱི་ཅ་བ་ནས་བྱངས་བྱུང་བར་བྱེད་དོ། །

**ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་བསྐབ་པ་ལྷུང་ཚུལ་ནི།** སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད་གྱི་བསྐབ་སྡོམ་ནམས་སོ། །དེ་ཡང་བསྟེན་གནས་ཉིན་གཅིག་གི་མཐའ་ཅན་ཡིན་པས་བསྟེན་གནས་པ་མ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་ཅིས་པ་དང་། དགེ་བསྟེན་པ་མ་གཉིས། དགེ་ཚུལ་པ་མ་གཉིས། དགེ་སྦྱོང་མ། དགེ་སྦྱོང་པ་མ་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་གྱི་སོ་སོའི་སྡོམ་ནམས་སོ། །

**ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐབ་པ་ལས་ཐོག་མར་ཞི་གནས་སྐབ་པར་བྱེད་པའི་སེམས་གནས་དགུ་དང་དེ་ཡི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་གཉེན་པོ་ངོས་འཛིན་མདོར་ཙམ་བཟོ་དེ་ན།**



དེ་ཡང་སེམས་གནས་དག་པར་འབད་ཚུ་ལ་སྟོས་མེད་དུ་སེམས་ཏིང་ཅེ་འཛིན་གྱི་ངང་ལ་  
ཐེལ་གྱིས་འགོ་བ་ན། རྩར་སེམས་གནས་སོ་སོའི་སྐབས་ཡིད་པའི་ལུས་སེམས་ཤིན་མུངས་དེ་གོང་  
འཕེལ་དུ་ཕྱིན་ནས་སེམས་དག་པ་ལ་གང་འདོད་བཀོལ་དུ་མི་རུང་བའི་གནས་ངན་ལེན་ནི་ནས་སེམས་  
ཤིན་མུངས་ཐོབ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ལ་རེག་བྱ་བྱུང་བར་ཅན་གྱི་བདེ་ཉམས་ཀྱི་ལུས་ཤིན་མུངས་  
ཐོབ་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་པར་གནས་བཞིན་དུ་ལུས་སེམས་ཤིན་མུངས་  
བྱུང་བར་ཅན་གྱིས་ཟིན་པའི་ཅེ་གཅིག་པའི་སེམས་དེ་ནམ་ཐོབ་པ་ན་ནི་གནས་ཐོབ་པའོ། །དེ་ཐོབ་པ་  
དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བརྟགས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་དང་པོ་དང་ཉེར་བརྟགས་མི་སྟོགས་མེད་  
པ་ནམས་དོན་གཅིག་གོ། །དེ་ལྟར་ཏིང་ཅེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནམས་བྲན་པར་བྱས་ནས་སེམས་དག་  
བའི་དམིགས་པར་བཀོལ་དུ་རུང་བར་བརྟེན་པ་བརྟེན་དགོས་སོ། །རེ་ཞིག་སྐྱེས་བྱ་འབྲེང་གི་སྐབས་  
འགོ་དང་ལམ་གྱི་ངོ་སྤྲོད་མདོ་ཙམ་མོ། །

### སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྐབས་འགོ་

འོན་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་འབྲེང་གི་སྐབས་འགོ་བྱེད་ཚུ་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་  
སྐབས་འགོ་བྱེད་ཚུ་ལ་དེ་ངི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡང་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་སྐབས་  
སྤངན་འགྲོའི་འཛིགས་པས་བྲངས་པའི་དད་པ་དང་འཛིགས་པ་དེ་ལས་ཐར་བྱེད་དཀར་པོ་དག་བཅུའི་  
ལས་ལ་སྦྲོབ་པ་དང་། འབྲེང་གི་གནས་སྐབས་སྤྲུང་ཉིད་འཁོར་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་ལ་འཛིགས་ཤིང་  
སྐྱག་ནས་འཁོར་བར་སྦྱོ་གས་བྲག་པོས་བྲངས་པའི་ངས་འབྲུང་གིས་ཟིན་པའི་སྦོ་ནས་འཁོར་བ་ལས་  
ཐར་པའི་ཐབས་ལམ་བསྐབ་པ་གསུམ་དང་བདེན་བཞི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་ལ་སྦྲོབ་པ་དང་།  
སྐྱེས་བྱ་ཆུང་འབྲེང་གི་ལམ་ལ་སྦོ་སྦྱང་བཞི་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་བྲུང་ཆུབ་སེམས་ལ་སྦོ་སྦྱང་  
བའི་ཐབས་སྤྱུང་པ་ཡིན་ནོ། དེས་ན། སྐྱེས་བྱ་འབྲེང་གི་སྐབས་སྤྲུང་ཉིད་འཁོར་བར་རྒྱལ་བསྐལ་

གྲི་མཉན་རྩལ་ལེགས་པར་ར་འཕྲོད་ཅིང་། གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཉན་རྩལ་བསམ་པ་ན་བཟོད་ཁྲགས་མེད་པའི་བརྩོ་བ་སྤྲོད་ཅི་ཆེན་པོ་སྤྲོས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཡང་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཉན་པའི་སེམས་ཅན་ནམས་རྒྱལ་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག་ བྲལ་བ་བདག་གིས་བྱ། དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ་སྤམ་པ་སྤྲོད་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྲོད་ཅི་ཆེན་པོ་དང་སྤྲོད་ཅི་དེས་བྲངས་པའི་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོད་ཀྱིས་བྲལ་བ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་རང་རྒྱུད་ལ་ནམ་སྤྲོས་པ་ན་གང་ཟག་དེར་སྤྲོས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྤྲོད་ཅི་ལྟར་ལ་སྤྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་སྤྲོད་དང་བཅས་པ་ལས་སྤྲོད་པར་འདོད་པས། ཐོག་མར་རང་ཉིད་དེ་དག་གི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་བ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། རང་ཉིད་རྩལ་གྱི་ཀྱས་པ་ཡོངས་སུ་མ་རྩོགས་ན་གཞན་ཀྱས་འབྱེད་བ་མཐོང་བ་ན་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོས་ཀྱང་སྤྲོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་ཀྱས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་བསམ་པ་རྩལ་ཀྱི་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྤྲོད་ཅི་བ་དང་། སྤྲོད་ཅི་ཀྱི་ཆེ་བ་རྩལ་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོད་པ་ཕྱིན་དུ་གསོགས་ལ་བསྐྱབས། འབྲས་བྱ་ཐོབ་མེད་པ་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པ་ལ་བརྩོན་དགོས་སོ། །དེ་ལ་ཐོག་མར་བསམ་པ་རྩལ་ཀྱི་ཆེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྤྲོད་ཅི་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྩལ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོད་ཅི་བ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོད་ཅི་བ་གཉིས་གསུངས་སོ། །འོན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཁྱད་པར་མེད་དེ་རིམ་པ་དེ་ནི་གང་ཟག་ལས་དང་པོ་བས་ཐོག་མར་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོད་སྐབས་དབང་པོའི་རིམ་པའི་ཁྱད་པར་ཅམ་སོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་རྩལ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྤྲོད་ཅི་སྤྲོད་ཅི་བ་ཀྱི་གོ་རིམ་མདོར་ཅམ་བཞིན་ན། དང་པོ་མར་ཤེས་ནི། ཐོག་མར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས་ལ་དེ་ཡང་ང་རང་ཆོའི་སྤྲོད་ཅི་ཐོག་མ་མེད་ཅིང་སྤྲོད་ཅི་བ་རེར་མ་རེ་དགོས་པ་སོགས་ལ་བསམ་ནས་སེམས་

ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མར་འདྲ་ཤེས་ཀྱི་སྒོ་སྤྲུང་། དེ་ཡང་གཉེན་གྱི་མཆོག་ནི་མ་ཡིན་པས། དེས་  
ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་བསྐྱོམ་དགོས་པའི་གནད་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་དྲིན་  
ལན་ལོག་འཇལ་གྱི་སྒྲིགས་མའི་དུས་དེར་མ་བྱ་དག་ལ་ལངས་པ་སོགས་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་བཞིན་  
ཡིན་པས། དེས་ན། ཆེ་འདྲིར་རང་ལ་གང་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕ་མ་དང་གྲོགས་པོ་སོགས་  
ལ་ཐོག་མར་སྒོ་སྤྲུང་ནའང་ཆོག་པར་སེམས་སོ། །

**གཉིས་པ་དྲིན་དྲན་པ་ནི།** མ་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འཇམ་པའི་གོས་གཡོགས། ཞིམ་  
པའི་བས་བྱིན། སྙན་པའི་མིང་བཏགས་པ་སོགས་དྲིན་གྱིས་སྤྲོང་ཚུལ་བསམ་ནས་དྲིན་དྲན་པར་བྱ།

**གསུམ་པ་དྲིན་གཞོ་བ་ནི།** སྤར་དྲིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་ཤེས་པ་ན་དེ་དག་ལ་དྲིན་ལན་  
འཇལ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་སྤྲུང་། མར་ཤེས་དྲིན་དྲན། དྲིན་གཞོའི་སྒོ་ཇི་ཙམ་གྱི་གཏིང་ཚུགས་པ་དེ་ཙམ་  
གྱིས་བྱམས་སྤོང་ཇི་དང་ལྷག་བསམ་ཡང་ཤུགས་ཆེ་འདྲན་རྒྱས་ཏེ། དཔེར་ན། རང་གི་གཉེན་གྱི་  
ཆེད་དུ་ལས་ལ་ཞུགས་པ་ན་ངལ་བ་མེད་པར་སྤྲོ་བ་འཕེལ་བ་བཞིན་ནོ། །

**བཞི་པ་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ནི།** དྲིན་ལན་འཇལ་ཡུལ་གྱི་མ་ནམས་ལ་གཅེས་ཤིང་  
ཕངས་པའི་སྒོ་སྤྲུང་། དེ་འདྲའི་གཅེས་ཤིང་ཕངས་པའི་མ་ནམས་ལ་བདེ་བ་དང་དེའི་རྒྱ་སྒྲུབ་པ་མཐོང་  
བ་ན་ཕྱག་དོག་མེད་ཅིང་བདེ་བ་དང་ཐུན་པར་འདོད་པའི་བྱམས་པའི་སྒོ་སྤྲུང་།

**ལྔ་པ་སྤྲིང་རྗེ་ནི།** གཅེས་པར་འཛིན་པའི་མ་ནམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་རྒྱག་བསལ་མྱོང་བ་དང་ད་ལྟ་  
རྒྱག་བསལ་མ་མྱངས་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ལ་དགའ་བཞིན་དུ་འཇུག་ཅིང་འབད་པར་མཐོང་བ་ན་རྒྱག་བསལ་དང་  
རྒྱག་བསལ་གྱི་རྒྱ་དེ་དག་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་བཅེ་བ་སྤོང་ཇི་ཆེན་པོ་ལ་སྒོ་སྤྲུང་།

**དྲུག་པ་རྟག་བསམ་ནི།** མ་ཅན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱག་བསལ་དང་བྲལ་ན་སྙམ་  
པའི་སེམས་པ་བཟང་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི་རྒྱག་བསལ་སེལ་བ་དང་། བདེ་བ་བསྐྱབ་དགོས་པས།  
དེ་ཡང་གཞན་ལ་སྟོམ་མེད་ཀྱི་བདག་རང་གིས་བྱའོ་སྙམ་པའི་རྟག་བསམ་ལ་སྒོ་སྤྲུང་དགོས།

བདུན་པ་སེམས་བསྐྱེད། དེ་ལྟར་ལྷག་བསམ་སྦྱོར་པ་ན། བདག་ད་ལྟེ་གནས་སྐབས་  
འདི་ལྟ་བུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཡར་བཞག་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་དོན་ཡང་མཐར་ཐྱིན་  
པ་སྦྱབ་མི་ཕུས་ཤིང་། ཉན་རང་དག་བཅོམ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཉུང་ཟད་རེ་དང་། དེ་  
ཡང་ཐར་པ་ཅོམ་ལས་དོན་གཉིས་མཐར་ཐྱིན་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་དགོད་མི་ཕུས་པས། དེས་  
ན་མཐའ་ཡས་པའི་མ་ཆན་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཡིས་བསྦྱབ་  
ཕུས་བསམ་པ་ན་དེ་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཉག་གཅིག་ལ་ཕུས་པ་དེ་ཡོད་པར་གསུངས་སྟེ། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཐར་ཐྱིན་པ་ཞིག་བསྦྱབ་ཐྱིར་རང་ཉིད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱ་འདོད་  
ཀྱི་འདུན་པ་གཉིས་ཐུན་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་སྦྱོར་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཐྱིར། །ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅིས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞིའི་སྒྲོན་སྒྲོལ་ཆུ་ལ་ལས། དང་པོ་བདག་གཞན་  
མཉམ་པར་བསྐྱོར་པ་ནི། བདག་གཞན་གཉིས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་རྒྱལ་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་མཉམ་པར་  
བསམ་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་སྦྱོད་འབྲུག་ལས།

བདག་དང་གཞན་ནི་མཉམ་པ་ནི། །དང་པོ་ཉིད་དུ་འབད་དེ་སྒྲོམ། །

བདེ་བ་རྒྱལ་བསྐྱེད་མཉམ་པ་ན། །ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་སྤང་བར་བྱེད། །ཅིས་དང་།

བདག་གིས་གཞན་གྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་བསམ། །རྒྱལ་བསྐྱེད་ཡིན་ཕྱིར་བདག་རྒྱལ་བཞིན། །

བདག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་པར་བྱ། །སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་བདག་ལུས་བཞིན། །

གང་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀྱི། །བདེ་བ་འདོད་དུ་མཆུངས་པ་ལ། །

བདག་དང་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན། །གང་ཕྱིར་བདག་གཅིག་བདེ་བར་འདོད། །

གང་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀྱི། །རྒྱལ་བསྐྱེད་མི་འདོད་མཆུངས་པ་ལ། །

བདག་དང་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན། །གང་ཕྱིར་གཞན་མིན་བདག་སྤང་བྱེད། །སོགས་ཀྱི་



གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལ་སློ་སྤྱང་།

འོ་ན་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་མཚུངས་པ་  
ལ་ཅིའི་ཕྱིར་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་དགོས་སྟུང་ན། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ཐམས་ཅད་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ལ། དེ་ཡང་། ད་བར་བདག་གཅེས་པར་བསྐྱེལ་  
པའི་འབྲས་བྱར་ད་ལྟའི་ཉམས་ཐག་པའི་ངང་ཚུལ་འདིས་གཞན་དོན་པར་བཞག་རང་དོན་ཡང་ཡང་དག་  
བསྐྱེལ་མི་ཤེས་པ་འདི་ལྟར་ལགས། དེའི་ཕྱིར་འདོད་པའི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་  
པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་ན། དེས་ན་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་ནམས་བདག་  
གཞན་བརྟེན་པ་ལ་སློ་སྤྱང་དགོས་སོ། །འོ་ན་བདག་གཞན་བརྟེན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན།

གཉིས་པ་བདག་གཞན་བརྟེན་བཞི། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཉམས་དམིགས་ཏེ་སྤྱོད་སྒྲོ་བྱ་  
ནས་བསམ་པ་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཕན་ཡོན་ཏེ་ཡོན་ཏན་སྒྲོ་བྱ་མ་ནས་བསམ་པ་ལ་རག་ལུས་  
པས། དེ་ཡང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས།

གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་ནམས་ནི། །སྤྱར་དུ་བསྐྱེལ་པར་འདོད་པ་དེས། །  
བདག་དང་གཞན་དུ་བརྟེན་བྱ་བ། །གསང་བའི་དམ་པ་སྤྱད་པར་བྱ། །ཞེས་དང་།  
བདག་ཕྱིར་གཞན་ལ་གནོད་བྱས་ན། །དུམ་ལ་བ་སོགས་པར་གདུང་བར་འགྱུར། །  
གཞན་ཕྱིར་བདག་ལ་གནོད་བྱས་ན། །ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་འཐོབ། །  
བདག་ཉིད་མཐོ་བར་འདོད་པ་དེས། །ངན་འགྲོ་ངན་དང་སྤྱིང་བར་འགྱུར། །  
དེ་ཉིད་གཞན་ལ་སྤོར་བྱས་ན། །བདེ་འགྲོ་རིམ་འགྲོ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །  
བདག་གི་དོན་དུ་གཞན་བཀོལ་ན། །བྲན་ལ་སོགས་པ་སྤྱིང་བར་འགྱུར། །  
གཞན་གྱི་དོན་དུ་བདག་སྤྱད་ན། །རྗེ་དཔོན་ཉིད་སོགས་སྤྱིང་བར་འགྱུར། །  
འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ཀྱན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

འཛིག་ཉེན་སྤྱད་པ་སྤུལ་མི་སྟེན་པ། །དེ་ཀྱན་རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་།

མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། བྱིས་པ་རང་དོན་བྱེད་པ་དང་། །

ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཇད་པ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ནི་བྱུང་པར་སྟོས། །

བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྱད་པ་སྤུལ་དག །ཡང་དག་བཟུང་བ་མ་བྱས་ན། །

སངས་རྒྱུ་ཉིད་དུ་མི་འགྲུབ་ཅིང་། །འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །ཅུས་སོགས་ཐེག་

པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྤྱོད་གི་གཞུང་ན་མས་ལ་ཡུན་རིང་འདྲིས་པར་བྱས་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་སྦྱོན་དང་

གཞན་གཅེས་འཛིན་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་མ་ཐོང་བའི་སྒོ་སྤྱོད་སྤྱངས་ནས། གཞན་ལ་ལ་བར་དོར་བའི་སྒོ་དེ་གོ་

ས་བཟུང་ནས་བདག་ཡལ་བར་དོར་བའི་སྒོ་ཡི་ངོ་བོར་བསྐྱར་བ་དེ་ལ་བདག་གཞན་བཟུང་བ་དང་། བདག་

གཅེས་བར་འཛིན་པའི་སྒོ་ཡི་གོ་ས་བཟུང་ཏེ་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་ཡི་ངོ་བོར་བསྐྱར་བ་དེ་

ལ་གཞན་གཅེས་འཛིན་ཞེས་བཟོད། དེ་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རང་

རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ན། ཆོགས་ཀྱང་དེས་ཇོགས། སྦྱོབ་པ་ཡང་དེས་བྱུང་། རང་གཞན་གྱི་དོན་ཡང་དེས་

འགྲུབ་པས་ན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་ཡན་ཡོན་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་

པར་བགྱིས་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་སྦྱོད་འདུག་ལས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱེས་ཀྱང་ན་རྒྱན་ཅིག་གིས། །འཁོར་བའི་བརྩོན་རར་བརྒྱུམས་པའི་ཉམས་ཐག་ན་མས། །

བདེ་གཤེགས་ན་མས་ཀྱི་སྤྱད་ཞེས་བཟོད་བྱ་ཞིང་། །འཛིག་ཉེན་ལྟ་མེར་བཅས་པའི་ཕྱག་བྱར་འགྱུར།

ཞེས་དང་། གང་ལ་སེམས་ཀྱི་དམ་པ་རིན་ཆེན་དེ། །སྦྱེས་པ་དེ་ཡི་སྤྱུ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་། །

གང་ལ་གནོད་པ་བྱས་ཀྱང་བདེར་འབྲེལ་བ། །བདེ་བའི་འབྲུང་གནས་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་

གསུངས་སོ། །

དེ་འདྲའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དེར་ན་མ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། དང་པོ་གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་འཕྲོག་

འདོད་ཀྱི་སེམས་དེར་སྦྱོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དེ་ཡི་རྗེས་སུ་སངས་རྒྱུ་ཉིད་འཕྲོག་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྱོད་

ཀྱི་སྤྲོམ་པ་ནི་ད་ཅིང་སྤྲོད་པ་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་པ་ན་འདུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་བཟོ་དེ། སྤྲོད་  
འདུག་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་མདོར་བསྟུས་ན། རྣམ་གཉིས་སུ་གེས་བྱ་སྟེ། །  
བྱང་ཆུབ་སྤྲོད་པའི་སེམས་དང་ནི། བྱང་ཆུབ་འདུག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། བྱེ་བྲག་རི་ལྟར་གེས་པ་ལྟར། །  
དེ་བཞིན་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། བྱེ་བྲག་རིམ་བཞིན་གེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྤྲོད་པར་མཐའ་ལས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཞིག་ཡར་ཕྱིན་  
དུག་དོ་སྤྲོད་ཙམ་བྱས་ན།

དང་པོ་སྤྲོད་པའི་ཡར་ཕྱིན་ནི། གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྤེལ་བ། དེ་ལ་དབྱེ་བ།  
༡༥ ཟང་ཟེང་གི་སྤྲོད་པ། དཔེར་ན། ཟས་མེད་པར་ཟས་སྤྲོད་པ། གོས་མེད་པར་གོས་  
སྤྲོད་པ། གནས་མལ་མེད་པར་གནས་མལ་སྤྲོད་པ་སོགས་སོ། །

༢༥ ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་ནི། གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཟབ་མོ་ལྟོན་པ་འཕམ་ཡིག་བསྟན་པ་ནས་ཐ་  
ན་ཁ་ཏ་བསྟན་བྱ་ཆོག་གཅིག་བྱས་པ་རྣམས་སོ། །

༣༥ མི་འཇིགས་པའི་སྤྲོད་པ་ནི། གཞན་པ་རོལ་པོའི་སྤྲོག་ལ་ཉེན་ཡོད་པ་ན། དེ་ལས་  
སྤྲོབ་པའི་ལས་ལ་ཞུགས་ཤིང་པ་རོལ་པོའི་སྤྲོག་བསྐྱབས་པའོ། གྲོ་དག་ཀྱང་རང་གི་སེམས་ལ་རག་  
ལས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་འདུག་ལས།

ཁག་ལ་ཏེ་འགྲོ་བ་དབྱུག་བོར་ནས། སྤྲོད་པས་པ་རོལ་ཕྱིན་ཡིན་ན། གྲོ་དུང་འགྲོ་བ་ཀྱིས་ཡོད་ན་  
རྟོན། སྤྲོབ་པ་རི་ལྟར་པ་རོལ་ཕྱིན། བདོག་པ་ཐམས་ཅད་འབྲས་བྱས་ཏེ། སྤྲོ་བོ་ཀྱན་ལ་གཏང་སེམས་  
ཀྱིས། སྤྲོད་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་གསུངས་ཏེ། གྲོ་ལྟར་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ། རྒྱལ་ཁྲིམས་ནི། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཉེས་སྤྲོད་ལས་སྤང་བའོ། གྲོ་ལ་གསུམ།

༡༥ ཉེས་སྤྱོད་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས། དཔེར་ན། ངག་གི་སྒྲིམ་ནས་རྩོམ། ལུས་ཀྱི་སྒྲིམ་ནས་སྒྲིག་གཅིད་སྤྱོད་པ། དེ་བཞིན་བདག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་ལ་སྤྱད་པ་སོགས་རང་གཞན་དོན་དུ་སྤངས་བྱ་མི་དག་པའི་ཕྱོགས་ལས་སྒྲིམ་པ་སྟེ་སྤྱད་པའོ། །

༡༦ དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ནི། དགེ་བ་ཐམས་ཅད་པ་རྩིས་ཏུ་བྱེད་པ་བྱག་ལྡན་དུ་བྱེད་པའོ། །

༡༧ སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ནི། རང་གི་བྱ་བ་ཅི་བྱས་དངོས་སམ་བརྟུན་པའི་སྒྲིམ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་སེམས་པ་སྟེ་གཞིལ་བའོ། དེ་དག་ཀྱང་རང་གི་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འདུག་ལས།

ཉ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་ཏུ། །དེ་དག་གསོད་མི་འགྱུར་བར་བསྐྱད། །

སྤྱོད་པའི་སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས། །ཚུལ་བྲིམས་པ་རྩིས་ཡིན་པར་བཤད། །ཅིས་གསུངས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ། བཟོད་པ་ནི། གཞོད་བྱེད་ཡུལ་ལ་སྤྱན་བཅུགས་པའོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ།

༡༥ ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་ཀྱི་བཟོད་པ། དཔེར་ན། ཆོས་བསྐྱབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ལུས་སེམས་ལ་གཞོད་པ་ཅི་བྱང་ཡང་བཟོད་པ།

༡༦ རྒྱལ་བསྐུལ་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ་ནི། ཆོས་སྐྱབ་སྐབས་སྒྲིམ་པ་དང་བཀྲེས་པ། ཆ་གང་བྱང་བ་སོགས་ལ་བཟོད་པའོ། །

༡༧ གཞོད་བྱེད་ལ་ཇི་མི་སྒྲིམ་པའི་བཟོད་པ་ནི། གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཞོལ་བ་དང་། དེག་པ། གཤེག་མཚང་འབྲུབ་སོགས་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤྱོད་པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་རང་གི་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འདུག་ལས།

།སེམས་ཅན་མི་སྤྱན་ནམ་མཁའ་བཞིན། །དེ་དག་གཞིམ་གྱིས་ཡོང་མི་ལང་། །

ཁྱོད་པའི་སེམས་དེ་གཅིག་བཅོམ་ན། །དག་དེ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་དང་འདྲ། །  
ས་སྤེང་དེ་དག་གོས་གཡོག་དུ། །དེ་དག་གོ་བས་ག་ལ་ཡང་། །  
ལྷམ་མཐེལ་ཙམ་གྱི་གོ་བས་ནི། །ས་སྤེང་གོ་བས་གཡོགས་དང་འདྲ། །  
དེ་བཞིན་ཕྱི་རོལ་དངོས་པོ་ཡང་། །བདག་གིས་ཕྱིར་ཐོག་མི་ཡང་གི། །  
བདག་གི་སེམས་འདི་ཕྱིར་བཞོག་བྱའི། །གཞན་རྣམས་བཞོག་གོ་ཅི་ཞིག་དགོས། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། །གཞན་ཡང་འདྲག་པ་ལས།  
གནོད་པ་བྱས་པ་གལ་ཏེ་དེར་བཀོན་ན། །དེ་ལ་བཀོན་པས་བྱས་ཟིན་ཐོག་གམ་ཅི། །  
དེའི་ཕྱིར་དེར་བཀོན་ངེས་པར་འདི་དོན་མེད། །འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཡང་ནི་འགལ་བར་འགྱུར།  
ཞེས་གསུངས།

བཞི་པ། བཙུན་འགྲུས་ནི། །སེམས་དག་བ་ལ་མངོན་པར་སྤྲོ་བའོ། །དེ་ལ་དབྱེན་གསུམ།  
༡༥ །གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས། །དཔེར་ན། །སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྒྲུབ་པར་སྤྲོ་གིང་སྤང་སྟོབས་  
ཆེས་ལྷག་པར་སྤེལ་བའོ། །

༡༦ །སྤྱིར་བའི་བཙུན་འགྲུས། །མགོ་འཕགས་ལ་སྒྲོ་བྱར་མེ་ཤོར་བ། །དེ་དག་ཕྱིར་བཞོག་  
བགྱིས་པ་བཏང་ནས་ནི། །ཡང་སྤྲིད་ཕྱི་མ་མེད་སྤྲད་འབད་པར་འཆལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
བྱ་བ་ངན་པར་ཆགས་ཞན་ཡོངས་སུ་དོར་ཏེ་ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་རྣམས་པ་ཅི་ཡོད་ཆོས་མཐུན་ལ་འབད་  
ནས་དལ་འབྱོར་དོན་དང་ལྡན་པར་བགྱིས་པའོ། །

༡༧ །ཕྱིར་མི་ཐོག་པའི་བཙུན་འགྲུས། །དག་བ་གང་བཅུམས་པ་དེ་བར་མ་ཆད་པར་མཐའ་  
འབྱོངས་བར་བསྐྱབ་པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་རང་གི་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། །སྤྲོད་འདྲག་ལས།  
སེམས་གསལ་གཅིག་བསྐྱེད་འབྲས་བྱ་གང་། །ཚངས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་ལྟར། །ལུས་ངག་བཅས་  
པའི་འབྲས་བྱ་ཡང་། །སྤྲོད་པ་གཞན་པས་དེ་ལྟ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ལྷ་པ། བསམ་གཏན་ནི། སྤྱིར་དམིགས་པ་ལས་སེམས་མི་གཡོ་བར་གསལ་བར་གནས་  
པའོ། །སྤྱོས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་ཅེ་གཅིག་པའོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ།

༡༥ ལུས་སེམས་བདེ་གནས་ཀྱི་བསམ་གཏན། དཔེར་ན། གང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
ནས་ལུས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་བརྩོན་པའི་བསམ་གཏན་ནམས་སོ། །

༡༦ ཡོན་ཏན་མངོན་པར་སྒྲུབ་པའི་བསམ་གཏན་ནི། མངོན་ཤེས་དང་ཟད་པ་ནམས་  
སྒྲུབ་པ་ནམས་སོ། །

༡༧ སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བསམ་གཏན། རང་བསམ་གཏན་ལ་གནས་ནས་གཞན་བསམ་  
གཏན་ལ་འགོད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དག་གྲང་རང་གི་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འདུག་ལས།  
།བཟུངས་བརྩོད་དག་ནི་དཀའ་བྱུང་གྲུབ། །ཡུན་རིང་དུས་སུ་སྤྱད་བྱས་གྲང་། །

སེམས་གཞན་གཡེངས་པས་བྱས་པས་ནི། དེ་ཉིད་རིག་པས་དོན་མེད་གསུངས། །ཞིས་  
གསུངས་པའི་བྱིར།

ཏུག་པ། ཤེས་རབ་ནི། དངོས་པོའི་གནས་ལྟ་སྟེ་ལ་དཔྱད་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན།

༡༨ དོན་དམ་ཏྟགས་པའི་ཤེས་རབ། དཔེར་ན། བདག་མེད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་སྤྱིའམ་  
མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པའོ། །

༡༩ ཀྱན་རྫོང་ཏྟགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི། གནས་ལྗེ་རིག་པ་ཏྟགས་པའི་ཤེས་རབ་ནམས་སོ། །

༢༠ སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ། སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་འདི་དང་བྱེ་མའི་དོན་ཡང་  
དག་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་མཁུལ་པའོ། །དེ་ཡང་གཙོ་བོ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འདུག་ལས།  
གང་གི་ཆོས་ཀྱི་དོན་པོ་མཆོག་ །སེམས་ཀྱི་གསང་དེ་མ་ཤེས་ན། །

བདེ་ཐོབ་རྒྱལ་བསྐྱལ་གཞིམ་འདོད་གྲང་། །དེ་དག་དོན་མེད་ཀྱི་ནར་འབྱུངས་། །

དེ་ལྟས་བདག་གི་སེམས་འདི་ནི། །ལེགས་བབྱང་ལེགས་པར་བསྐྱང་བར་བྱ། །

སེམས་བསྐྱེད་བརྟུན་ཞུགས་མ་གཏོགས་པ། །བརྟུན་ཞུགས་མང་པོས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ཡར་ཕྱིན་རེ་རེའི་ནང་དུ་ཡང་ཡར་ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ཁྲོད་བར་ཉམས་  
སྤྱལ་ཚུལ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་། སྦྱིན་པ་ལྟ་བུ་དཔེར་མཚོན་ན། གང་ལ་ཆོས་ནོར་སོགས་ཕྱིན་པ་  
ནི་སྦྱིན་པ། དེ་ལ་རང་དོན་གྱི་འབྲི་བ་མེད་པ་དང་ལན་ལ་རེ་བ་མེད་པ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས། སེམས་ཅན་  
གྱིས་སྦྱིན་ལན་དུ་གནོད་པ་བྱས་པར་མི་ཁྲིམ་མི་སྦྱོ་བ་ནི་བཟོད་པ། ད་དུང་ཇི་ཙམ་གྱིས་མ་རུངས་  
པ་བྱས་ཀྱང་སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྤོང་ཇི་ལྟག་པོ་སྦྱོས་ཏེ་དེའི་དོན་སྦྱབ་ལ་བརྩོན་པ་ནི་བརྩོན་འགྲུས། དངོས་  
ཤུགས་བརྒྱད་གསུམ་དུ་གཏོང་སེམས་མི་གཡོ་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་བསམ་གཏན། གང་གཏོང་བྱའི་  
སྦྱིན་ཇུས་དང་། གང་ལ་གཏོང་བྱའི་ཡུལ། གཏོང་བ་པོ་རང་ཉིད་བཅས་པ་བདེན་པར་མེད་པ་སྦྱོ་  
མ་ལྟ་བུར་ཤེས་པ་འཇམ། སྦྱིན་པས་འགྲོ་བའི་རེ་བ་སྦྲོང་བར་བྱེད་པ་ལ་མཁས་པ་ནི་ཤེས་རབ་བཅས་  
སོ། །དེ་བཞིན་ལྟག་མ་ཁྲུང་སྤྱར་ཤེས་པ་བྱའོ། །

བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་བཞི་ནི། ༡༥ མཁོ་བ་སྦྱིན་པས་སེམས་ཅན་ཆོས་སྦྱབ་པའི་མཐུན་ཁྱེན་  
སྤྱར་ནས་འཁོར་དུ་རྩྱད། དེ་ནས་ ༡༦ ལྷན་པར་སྦྱོར་བ་སྤྲོད་མ་པའི་ཆོས་བརྟན་ནས་སྒོ་དམ་པའི་  
ཆོས་ལ་བསྐྱེད། དེ་ནས་ ༡༧ ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཡང་དག་པར་དོན་ལ་སྦྱོད་དུ་འདྲུག་ དེ་ནས་  
༡༨ གཞན་ཡིད་ཆེས་པའི་ཕྱིར་རང་ཉིད་ཀྱང་དེ་དང་མཐུན་པའི་དོན་ལ་མཐུན་པའོ། །

དེ་ལྟར་སྦྱོས་བྱ་རྒྱུ་དང་འབྲིང་གི་ཐུན་མོང་པའི་སྦྱབས་འགྲོ་ལ་བསྐྱབས་ནས་དེ་ནས་སྦྱོས་བྱ་ཆེན་  
པོའི་སྦྱབས་འགྲོ་རྒྱུ་ལ་སྦྱོས་པར་བྱས་ཏེ་རིམ་བཞིན་རང་གཞན་གྱི་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་བསྦྱབ་པའི་སྦྱད་  
དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བསྐྱབས་པར་བགྱེད། །འདིས་ཀྱང་རང་དང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་སྦྱབས་འགྲོའི་

# ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལྷ་དང་དཔལ་འདུ་བའི་ནོར་བུ།

འདུ་མི་ལམ་འཇམ་དབྱངས་ནམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཆོས་མཛད།

གང་ཞིག་དྲན་པས་ལྷགས་གཉིས་ཀྱི། ཁྲོ་གྲོས་ནོར་བུའི་གཏེར་གྱི་སྒྲོ། །འབྲེད་མཛད་  
རྒྱལ་བའི་མཁའ་རབ་གཏེར། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་འཕྲོད་ལ་སྤྲངས། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་བསྟགས་  
འོས་པ། །ལྷ་དང་དཔལ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས། །ཁབ་ལེན་དོ་ཡིས་ལྷགས་བཞིན་བྱ། །རང་གི་རྒྱུད་ལ་  
འགྲུག་འདོད་པས། །གདམས་ངག་ཟབ་མོའི་ཆོག་འདི་ནམས། །བཟུ་ཞིང་དེ་དོན་བསམ་པ་དང་།  
།བསམས་ནས་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པས། །དེ་ཡི་དོན་བཞིན་སྤྲད་པར་བྱ། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ན་ཡ་  
རབས་དང་། །མ་རབས་སྤྱོད་པ་གཉིས་སྤྲངས། །ཡ་རབས་ལམ་ནས་འདི་ཕྱི་བདེ། །མ་རབས་  
ལམ་ནས་འདི་ཕྱིར་ཐུང་། །ཡ་རབས་ཆུང་དུ་འཇིག་རྟེན་ལྷགས། །ཡ་རབས་ཆེན་པོ་འཕགས་པའི་  
ལམ་། །མི་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན། །འཇིག་རྟེན་ཡ་རབས་སྤྱོད་པ་ཞིག་མེད་པ་དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱལ། །ཡོད་པ་ནམ་ཡང་མི་སྤྲོད་དེ། །རྩ་བ་མེད་པའི་སྤོང་པོ་དང་། །ནོར་མེད་པ་ལ་ནོར་བུ་བཞིན།  
།སྤྱོ་བོ་འདི་ཡི་གོ་རིམ་ནི། །གཞན་གྱི་བྱས་པ་ཅང་མེད་ཀྱང་། །འཇིག་རྟེན་ཡ་རབས་སྤྱོད་པ་ནི། །ཆུང་

རྒྱལ་ལ་མ་ཆོངས་པར་སྐྱབས་འགྲོ་ནམ་དག་ཅིག་རྒྱུད་ལ་སྤྲེས་ནས་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཐུར་བྱ་གཏན་བདེའི་ས་ལ་རེག་པའི་རྒྱར་རྒྱར་ཅིག་གོ། །(བོད་ཁྱིམ་དགེ་ལོས་པ་ནམས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་སྒོ་བ་  
ཁྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཟིན་གྱིས་སྤྲོ་བ་ལོ།)སའ་མཆོ་ལོ། །

འཇམ་དཔལ་གྲགས་པ་ལགས་ནི། ས་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་གཙུག་ལག་སློབ་གཉེར་ཁང་གི་འགན་འཛིན་གཞིན་  
པ་དང་། རང་ཆོས་དང་། རིགས་ལམ་གྱི་སློབ་དཔོན་གནང་བཞིན་ཡོད།



འབྲང་ཆེན་པོས་རིམ་བཞིན་བྱས། །འདི་ན་ཐམས་ཅད་བདེ་ལ་དགའ། །ཀྱན་ཀྱང་རང་དོན་ཁོ་ནར་  
གཉེར། །འཕགས་པ་མིན་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡལ། །ཚུལ་འདི་མིན་པ་གཞན་ཡོད་མིན། །འོན་ཀྱང་སྤྲོ་  
གྱི་ལས་དབང་གིས། །ལ་ལ་དཔལ་གྱི་ཚོར་དུ་རྟེན། །ལ་ལ་བྱུར་གྱི་རིམས་ནད་ཟེན། །ཀྱི་མ་སྐྱེ་  
དགའི་བདེ་སྤྱག་ལྟོས། །ཟས་མེད་ལྟོ་ཡི་སྤྱག་བསུལ་ཏེ། །གྲགས་མེད་ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསུལ་ཡིན།  
།གང་ལ་གྲགས་པའི་དཔལ་གནས་ན། །ཟས་ཚོར་འབྱོར་པ་མཛད་དུ་འཕྱར། །དེ་ཕྱིར་ཤེད་བྱ་ཚུ་  
ཆད་ནས། །ཀྱན་ཀྱང་སྟན་གྲགས་རོ་ལ་རྒྱག། །ཀྱི་མ་སྟན་པའི་ཡིད་འོང་མ། །ཤལ་ལ་འབྲོས་པ་  
ལྟ་བུར་གྱུར། །དེ་ཡི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་ན། །སྤྲོ་གྱི་བསོད་ནམས་མཐུ་ཆུང་བས། །རྒྱ་མཚན་གས་  
ལ་བྱངས་པ་ལྟར། །ལོག་པ་འདྲེན་ཅིང་བཟང་པོ་ཤོར། །ཤ་མ་སྟོབ་དཔོན་ཆུང་རབས་དང་། །ཤན་  
བྱེད་བྱིན་གཟེ་ཆུང་བ་ཡིས། །སྐྱོབ་བྱེད་ལྟ་ཡི་དགོངས་པ་ཁྲེལ། །སྤོང་གྲོགས་མེད་པའི་རོ་ལྟར་གྱུར།  
།འདི་ཕྱིའི་ཁྲེལ་དང་རྒྱ་འབྲས་ལ། །ཆི་བཞག་ཆུང་བས་གཏམ་དང་མཉམ། །ཇི་སྤྱོད་གཅིག་ཏུ་མི་  
ཆོད་པས། །དྲང་མཁན་གཉན་པོ་ཐུགས་སུ་ཐུང་། །ཤན་གཞོད་གོ་ལོག་བབ་བབ་སྤྱོད། །ཐུབ་ན་  
ལྟ་ཡང་བྲན་དུ་བཀོལ། །མ་ཐུབ་དག་ཡང་མཆོད་བྱས་པས། །ཤོ་ལྟ་ཤེར་མ་གཏིང་ནས་ཁྲོས། །མཆོག་  
གསུམ་བཀྱར་བཟོས་ཡིད་ཆེས་ཆུང་། །མདོན་སུམ་དང་ནི་རྟོག་གུར་དང་། །སྤྲོ་བྱེད་བྱ་བ་མི་མཆུངས་  
པས། །ཆོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་ཐུགས་སྦྱོར་འཕེལ། །ལ་ལོག་དང་ནི་ཁྲེལ་དང་མནལ། །ཉོས་པའི་ཟས་  
ཚོར་དོགས་མེད་སྤྱོད། །གཏམ་ངན་མི་ཁ་མི་འཛོམས་པས། །ལུས་ལྟ་ཕྱག་ལྟ་གནམ་དུ་ལལ། །གཞན་  
གྱི་ཕུན་ཆོགས་དཔལ་འབྱོར་ལ། །དོན་མེད་སེམས་ཀྱི་ཟུར་རྩར་ལྡང་། །ཐམས་ཅད་སྤྲོད་པ་རྒྱར་  
སྤང་བས། །མགོན་སྐྱབས་ལྟ་སྤང་བྱས་པ་ཟད། །དེ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས། །རང་གི་ཕུན་  
ཆོགས་འཛོམས་པ་ཡི། །མི་གཙང་རྗེས་བྱར་གནས་བཞིན་དུ། །ལྟ་བུ་སྤྱོད་པོས་ན་ཡང་། །དྲང་  
དུ་འདུ་བར་གཉན་ཏུ་དགའ། །དེ་ཆོ་ཀྱི་མ་བདག་གིས་ནི། །རིམ་འགྲོ་འདི་ཙམ་བགྱིས་ན་ཡང་། །བྱ་  
བ་ལས་ཀྱི་རྟོགས་ཤུགས་ལ། །རུང་བདེ་ཤན་པ་མེད་དོ་ཟེར། །སྤྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་བསོད་ནམས་ཞན།  
།འཕྲལ་ལ་འང་སྤྱོད་པ་མི་མཁས་པ། །འདི་འདུའི་ལེ་ལན་ཤེས་གྱིས་ལ། །ཁྱོད་ནི་འདི་ལས་ལྡོག་

པར་མཛོད། སྤྱོད་པ་ཆེར་བདག་ཉིད་ལ། དཔལ་ཀྱན་འདུ་བར་འདོད་ན་ཡང་། ཁོང་ས་ངན་ལ་  
 ས་བོན་བཞིན། གཞི་རྩ་འཕུགས་པ་མི་ཤེས་སོ། ཁྱོད་ལ་བསོད་ནམས་ཐུན་པ་ལ། ཡོན་ཏན་ཐུན་པ་  
 ཆོས་ཉིད་དེ། ཡོན་ཏན་ཐུན་ན་རྣམས་ཀྱང་། མ་ཤོས་རང་གིས་འདུ་བ་ཡིན། གང་ལ་ངོ་སྤྲོད་མེད་  
 པ་ཡི། དམ་བཅའ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་ལ། རྒྱུ་འབྲས་མིག་ཅན་རྣམས་དག་ལ་ན། ལྷ་མིག་ཐུན་པ་སྤྱོད་ཅི་  
 འཆའ། དུས་པ་བྱིན་དུ་གཞི་བ་དང་། རྒྱུ་འབྲས་གོ་ལོག་མི་འཛིན་ལ། མི་ཡང་ཕན་པའི་ཐབས་རྩོམ་  
 ན། དཀར་ཕྱགས་ལྷ་རྣམས་སྤྱོད་ཅི་འཆའ། གང་ན་སྤོང་སྤོང་པ་མི་ལུས་པས། དག་གཉེན་བྱམས་  
 རང་མི་ལོག་པ། རྒྱུ་འབྲས་སྤྱོད་ཅི་འཆའ། དག་སྤྱོད་མས་སྤྱོད་ཅི་འཆའ། གང་ན་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་འབྲས་མི་ལུས་པས། རྒྱུ་འབྲས་པ་ལ་དམ་ཆོག་  
 གཞི། གང་ན་དམ་བཅའི་ཆོག་བརྟན་ཅིང་། དོན་ཆེན་བསྐྱབ་པ་སྤྱོད་ཅི་ལུས་པ། རྒྱུ་འབྲས་དང་ཐུན་པར་  
 གྱུར་པ་ལ། རྒྱུ་འབྲས་སྤྱོད་ཅི་ལུས་པ། དེ་ནས་ཤོ་རྩ་དག་ལྷ་ཡི། རྒྱུ་འབྲས་ཆེན་པོ་རང་གི་ལུས་དང་  
 སེམས། སྤྱོད་ངན་མིག་ཅང་ཕྱག་དར་གྱིས། ཡོན་ཏན་མཆོད་པའི་བོད་པ་ཤོམས། དེ་ནས་མ་  
 ཤོས་བཞིན་དུ་ཡང་། དག་ལྷ་མཆོད་པ་ངང་པ་བཞིན། ཤེར་མ་པད་ཆའ་བུང་བ་རྩར། རང་གིས་འདུ་  
 བཅོས་ཉིད་ཡིན། གང་ལ་རྒྱུ་འབྲས་ལྷ་མཆོད་པས་པའི། མི་དུག་ཅིག་ཕྱར་གྱུར་ན་ཡང་། རྒྱུ་འབྲས་དུ་མའི་  
 མི་དག་དང་། ལུས་པ་ཀྱན་ནས་མཉམ་པ་ཡིན། རྒྱུ་འབྲས་ལག་ནས་བྱངས་གྱུར་པ། བཟང་པོ་འཕྲིན་  
 ལ་འཛོག་གྱུར་ན། མཐོང་དང་བདེ་དང་གཉེན་པ་ཡི། གཞུགས་མེད་ཁང་པར་ཡང་དག་པོ་ལ། དཔལ་  
 རྒྱུ་འབྲས་ལས་དཔལ་མི་འདུ། དཔལ་ལྷ་འཕྲིན་པ་བཟང་པོ་འདི། ལ་རབས་སྤྱོད་པའི་ཆའ་ན་ནི།  
 གཞུགས་མེད་པ་གནས་ཞེས་གྲགས། རྒྱུ་འབྲས་མའི་མི་རྣམས་བསོད་ནམས་དམན། དེ་ཕྱིར་སྤྱོད་ཅི་ཆེ་བ་  
 དུ་གོ། དེས་ན་ལ་རབས་སྤྱོད་པ་ལ། བརྒྱུ་ཀྱང་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ། གནའ་པོའི་ལུགས་དང་  
 དམ་པའི་སྤྱོད་པ། རྒྱུ་འབྲས་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བ་ཡི། མ་རབས་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ནི། ལ་རབས་སྤྱོད་པ་གསལ་  
 མི་འགྱུར། ས་འདི་མ་རབས་ཀྱིས་གང་ཡང་། རང་ཉིད་ལ་རབས་སྤྱོད་པ་བྱ། དེ་ལྷ་ན་ནི་ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱིས། རང་ལ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པར་འགྱུར།

ཡ་རབས་དམ་པའི་སྤྱོད་པ་ཡི། ཅ་བ་སྒོ་དང་བྱང་བྱུང་ཡིན། རྒྱུ་ཤི་བྱེད་དང་བག་ཡོད་  
 ཡིན། ཡལ་ག་དྲང་དང་དམ་བཅའ་བཏན། ལོ་མ་བྱས་ཤེས་གཞན་ཕན་བཅོམ། མེ་ཏྲུ་དང་དང་  
 གཏོང་མོང་དེ། འབྲས་བུ་བདེ་དང་གྲགས་པར་སྒྲིན། འདི་ནམས་མེད་དུ་མི་རུང་དོ། ཁྲིལ་འབྲས་བུ་  
 ཤེས་རབ་སྒྲེ། རྒྱང་དོར་མ་ཞོར་འབྱེད་པ་ཡིན། མིག་དང་འབྲས་བུ་འདི་མེད་ན། ཡོན་ཏན་གཞན་གྱི་  
 མོ་སྒྲུབས་འགག། དེ་ལ་འང་རྒྱང་དོར་བུ་བ་ལ། བེན་ཏུ་ཞིབ་མོར་ཕྱེ་ཞིང་དབྱེ། མི་ཤེས་པ་དང་མ་  
 བརྟག་པ། འདི་ཡིས་འཛིག་རྟེན་སྒྲེ་བོ་ཕྱང་། མ་ཚོད་མ་སྒྲིན་པ་དང་ནི། ས་ཀྱི་ཆུང་དུ་འེ་རང་མཐོང་  
 བེས། སྒྲེ་བོ་རང་གིས་སྤར་བྱས་པ། རང་ཉིད་བྱེད་པ་མང་དུ་འོང་། དེ་ཕྱིར་བཟང་ངན་བུ་བའི་རིགས།  
 མཐོང་བ་བེན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ཁྱད་པར་ཆབ་སྲིད་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པ། མཐོང་ཞིང་ཐོས་པ་གནད་དུ་ཆེ། མམ་  
 ཞིག་བཟང་ཤོད་ངན་ཤོད་བའི། མཐོང་བྱ་ཡངས་པའི་སྤྱོད་པ་ན། དཔག་དོད་སྒྲེ་བོའི་གྲུ་ལ་དུ་ཆུང་། དེ་  
 ཕྱིར་མཐོང་བྱ་ཆེ་བ་གཅོ། དེ་སྒྲུང་སྒོ་དང་ལྷན་པ་ནམས། བེན་ཏུ་སྤྲུགས་སུ་ཕན་པ་ཡི། མིག་གྱང་  
 རེང་པོར་བརྟུ་བྱ་ཞིང་། ཁྲིལ་འབྲས་བུ་ཆེར་བསྒྱེད་པར་བྱ། ཁྲིལ་ཕྱི་ཐག་ལྷུང་བ་འདི། རང་དང་  
 གཞན་གྱི་དོན་དག་ལ། འབད་ཀྱང་བྱིས་པས་མཁར་ལས་བཞིན། འབྲས་བུ་བེན་ཏུ་ཆུང་བ་ཡིན། ཤལ་  
 ཆེར་རང་གིས་ཤེས་པ་འཇམ། མི་ཤེས་ན་ཡང་མཁས་པར་དྲི། མཁས་པའི་བརྟུན་བཅོས་ལྷོ་ནམས་ལ་  
 བརྟུ། མཁས་དང་རྒྱུ་པོའི་ཁྱད་པར་བསམ། དེ་སྤར་བྱས་ན་ཆོས་ཉིད་ཀྱི། ཁྲིལ་འབྲས་བུ་ཐུག་པའི་བཟང་  
 འགྱུར། ཁྲིལ་འབྲས་བུ་ཆེ་མ་འཕེལ་བ་ན། ཡ་རབས་སྤྱོད་པ་དེ་ཅམ་འཕེལ། སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་འཕེལ་བ་  
 ན། དཔལ་ནམས་དབྱར་གྱི་རུ་བཞིན་འཕེལ། དེ་ལས་ལོ་རྒྱུ་ཞིག་རེ་བཞིན། རང་ལ་རང་སྤྱོད་འདོན་  
 པར་གྱིས། རང་ལས་གཅིས་པར་གྱུར་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་འདི་ན་མེད་བཞིན་དུ། རང་གི་སྤྱོད་པ་ཡོན་  
 མེ་བསམ་པ། དུད་འགྲོ་ལྷོ་ནམས་དང་ཁྱད་པར་ཅི། འབྲས་བུ་ཆེར་སྤྲུགས་བུ་ཤལ། རང་གིས་  
 དབྱེད་ཅིང་གཞན་ལ་དྲི། ཆོག་པ་རྒྱང་དོར་བུ་བ་ལ། མི་དབྱེད་མི་འདྲི་རྒྱུ་མིན་ནམ། སྤྱོད་པ་ཆེད་སྤྱོད་  
 བོ་དཀོན་ན་ཡང་། སྤྱོད་ནམས་སྤྱོད་དུ་ཤེས་བྱས་ནས། སྤར་ན་སྤྱོད་ཀྱན་འབྲས་བུ་ཉིད། ཡིན་  
 ཕྱིར་སྤྱོད་བུ་རྒྱུ་འབྲས་འགྱུར། ཡོན་ཏན་ཀྱན་ཆང་དཀའ་ན་འང་། ཡོན་ཏན་ཉིད་ལ་དགའ་བྱས་

ནས། ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོམས་བྱས་ན། མཐའི་གཏུག་ཏན་ཆེན་པོར་འགྱུར། སྤྱོན་ལ་སྤྱོན་དུ་མ་  
ཤེས་པ། དེ་སྤྱིད་སྤྱོན་ལ་རབ་ཏུ་འཕྲུག། དེ་བཞིན་སྤྱོན་གྱི་རྒྱ་སྤྱོད་ན། ཡོན་ཏན་རྩལ་ཡོད་དག་གྱུང་  
འགྲེལ། ཡོན་ཏན་ཅི་ཙམ་གོམས་གྱུར་པ། དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྤྱོན་ལས་གྲོལ། མཐའ་དག་བཏང་སྟོམས་  
ངང་གནས་ན། ཁོ་བརྒྱ་སོང་ཡང་བཟང་སྤྱོད་མེད། རང་རྒྱུད་ཡོན་ཏན་འཕེལ་བ་ན། མི་མཉམ་པ་  
དང་མཉམ་པར་འགྱུར། མཉམ་པ་ནམས་ལས་ཁྱད་དུ་ཐོན། ཁོང་ནས་ཁོང་དུ་འཕར་ཏེ་འགྲོ། རང་  
རྒྱུད་སྤྱོན་གྱི་ཆ་འཕེལ་ན། རི་གཟར་དག་གི་འབབ་ཆུ་བཞིན། འོག་ནས་འོག་དུ་འགྲོ་བ་ལ། ལག་  
ནས་བྱངས་གྱུང་ཤིག་མི་བཏུབ། དེ་སྤྱིར་བདག་ལ་ཕན་འདོད་པས། རང་རྒྱུད་སྤྱོན་གྱི་ཆ་སྤོངས་ལ།  
ཡོན་ཏན་དེ་བས་རྗེ་ཆེ་རུ། སྤེལ་བ་འདི་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། དེ་དག་ཁྱེད་རོལ་ཤེས་པ་ལ། རག་  
ལས་པས་ན་དམ་པ་དང་། དམ་པའི་གསུང་ལ་རབ་དག་འབས། རྟག་དུ་བསྐྱེམ་སྤྲོམས་སུ་ཡོངས།

སྤྱོད་ཐུང་ཐུབ་གང་ཞེ་ན། ཡིད་བཏན་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན། ཟུང་མི་ཐུབ་ལ་ཡོན་ཏན་  
མཆོག་ མི་སྤྱིད་ཆུ་ལ་རི་མོ་བཞིན། ཟུང་ཐུབ་ཡོད་ན་གཞན་མེད་གྱུང་། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་གོ་གཅིག་  
ཆོད་ཡིན། མི་ཆོས་རྩ་བ་འདི་མེད་ན། ཡོན་ཏན་གཞན་ལ་རེ་ཐག་ཆད། རང་ཉིད་ཡོན་ཏན་  
ལམ་ནས་གྱུང་། མི་ཤྲོག་རང་ལ་ཡིད་ཉོན་པའི། སྤྱོད་ཅམ་ཡང་མི་བསྐྱེལ། ཟུང་ཐུབ་ཅེས་གྲགས་  
མི་ཡི་མཆོག་ ལུས་ཟུང་ཐུབ་པ་སེང་གེ་འདྲ། བརྒྱས་སུ་མི་བཏུབ་ཟེལ་གཞོན་ཆེ། རང་ཟུང་ཐུབ་  
པ་བྱང་སྤོང་འདྲ། སྤྱོད་ཐུབ་ཅེས་ཅད་ཡིད་ཆེས་དགའ། ཡིད་ཀྱི་ཟུང་ཐུབ་ཅོར་བུ་འདྲ། བདག་  
དང་གཞན་གྱི་འདོད་པ་འཛོ། ལུས་ཀྱི་ཟུང་མ་ཐུབ་པ་དེ། ཁྱེད་མཆོག་རྩ་ཆད་བཞིན་དུ་བརྒྱས། རང་  
གི་ཟུང་མ་ཐུབ་པ་དེ། ཁ་བཞིན་གཞན་གྱིས་སྤང་ཞིང་གཤེ།<sup>༡༩</sup> ཡིད་ཀྱི་ཟུང་མ་ཐུབ་པ་དེ། རྒྱུང་  
ཁྱེད་རྩལ་བཞིན་གཏོལ་མེད་འགྲོ། ཁྱོ་ཡིས་མ་ཅོར་འབྱེད་པ་བཞིན། བཟང་པོའི་ལམ་ལ་ཟུང་ཐུབ་  
པར། གནས་ན་མི་ཆོས་དམ་པ་ཡི། དཔག་བསམ་བཟང་པོ་རྩ་བ་རྩུག།

སྤེལ་ཡོད་ཅེས་བྱ་གང་ཞེ་ན། མ་རབས་ངན་པའི་བྱ་བ་ལ། བཞིན་ཏུ་སྤྱོད་ཆེན་པ་སྤྱོད། འདི་  
ནི་ལུགས་གཉིས་གོས་བཟང་ཡིན། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པའི་མདུན་ས་རུ། མི་གཙང་རྫོང་གིས་སྤྲུགས་བཞིན་དུ།

།གཅེར་བུར་རྒྱ་བུ་དོ་ཆ་མིན། །སྤྲེལ་མེད་འདི་ཀོང་ཆ་ཆེ། །མིག་ཅང་གཅང་མའི་བླུས་ཀྱིས་དག །གཅེར་  
བུར་བཟང་དགུས་བརྟན་དུ་བྱང་། །སྤྲེལ་མེད་བླུས་ཀྱིས་མ་དག་ལ། །བཟང་པོས་བརྟན་ཀྱང་མཛེས་མི་  
འགྱུར། །ཕན་ལ་བྱས་པ་མིག་ཟོ་དང་། །ངན་ལ་ཉིང་གཅོད་”ཅི་ཡང་མེད། །ཅི་མེད་ཅང་མེད་གཏོལ་  
མེད་པོ། །འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །ངན་སྦྱས་ཀྱུར་ཀྱང་འཛེམ་བག་ཆུང་། །ཕན་པའི་གཏམ་  
ལ་ན་མི་གཏོད། །བཟང་པོའི་གནས་ལ་རེ་ཐག་ཟད། །འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །ནང་གི་  
གསང་གཏམ་ཁ་རུ་བྱང་། །རེ་ལྟོས་ཅན་ལ་ཡི་ཆད་བསྐྱེད། །མཛོད་འོས་ཀྱུར་ཀྱང་བདག་མི་སེམས་ལ།  
།འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །བཟང་པོའི་ཚུལ་དང་བཟང་པོའི་གཏམ། །ཐོས་ན་དགའ་བར་མི་  
བྱེད་ཅིང་། །དམ་པ་བརྟན་པར་མི་བྱེད་པ། །འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །མ་རབས་ཤིག་སྦྱོད་  
གཏོལ་པའི་”གྲགས། །སྒྲུབ་པོའི་བྱ་བ་འདོད་རྒྱར་ཅེ། །ལུགས་གཉིས་སྦྱོད་པ་རྒྱ་བུ་དོར། །འདི་འདྲ་  
འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །ཉིན་སྐར་ཆང་དང་རྒྱན་པོ་མིགས། །གྲགས་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཡིས་གཡེངས།  
།མཛེན་མོ་འབྲིག་པ་ཁོ་ནས་འདའ། །འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །དོན་མེད་གཡེངས་པའི་མཛོག་  
ཆུང་གི །ལས་དང་ཤིག་པ་སྒྲུབ་ཀྱིས་ལ། །འདྲུག་ཀྱང་དོ་ཆ་མི་ཤེས་པ། །འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་  
ཡིན། །དམ་པའི་ཚུལ་དང་བརྟན་བཅོས་གཞུང་། །མཐོང་ན་དགའ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་། །དེ་ཡི་ཤེས་སུ་  
མི་སེམས་པ། །འདི་འདྲ་འདི་ཡང་སྤྲེལ་མེད་ཡིན། །མདོར་ན་སྐར་དོར་བྱ་བ་ལ། །བརྟན་ཅིང་འདྲུག་  
པར་མི་བྱེད་པའི། །ལུགས་གཉིས་ལམ་ནས་གང་འདའ་བ། །སྒྲུབ་པོ་སྤྲེལ་མེད་ཅེས་བྱ་ཡིན། །སྤྲེལ་  
དང་ལྡན་པ་དེ་ཡིས་དེ། །ཕྱིན་ཅི་འོག་གི་གཡེངས་ལས་སྦྱོབ། །སྤྲེལ་མེད་སྤྲོད་མེད་པོད་ལ། །གདམས་  
ངག་ནམས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །དེ་ནས་སྤྲེལ་དང་ལྡན་པ་དག །ལུགས་གཉིས་བྱ་བ་བཟང་པོ་ཡི། །ལམ་  
སྤྲོལ་འདི་ལས་མ་འདས་པར། །རྟག་ཏུ་བག་ཡོད་སྤྲོད་པོར་བྱ། །

།བག་ཡོད་ཅེས་བྱ་གང་ཞེ་ན། །གཡང་ཁར་འདུག་པའི་མི་བཞིན་དུ། །རང་གིས་རང་  
ཚུལ་བསྐྱང་བ་ལ། །རྟག་ཏུ་གཟོབ་པ་སྦྱར་ལེན་པོ། །བྱིས་པ་མཛོག་ཆུང་ཅེད་མོས་བསྐྱེད། །དར་མ་  
ཆགས་སྤང་ཡུལ་གྱིས་བསྐྱེད། །རྟན་པ་ལུས་སེམས་རྒྱད་པས་བསྐྱེད། །བག་མེད་ནམ་ཡང་བསྐྱེད་ཞིང་

བསྐྱུས། འདོད་དང་མྱོང་ས་པས་བསྐྱུས་ནས་སྤྱོད། འཛིགས་རུང་འཁོར་པའི་འདམ་དུ་སྤྱོད། འདོད་དང་མྱོང་ས་ཁ་ཐལ་བས། མ་རབས་ལན་ནས་དམན་པར་བསྐྱུས། བག་མེད་བདུད་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་འདིས། བྱི་དང་གདུགས་ཀྱི་བར་ནས་ཀྱང་། ཡུད་ཙམ་གྱིས་ནི་འགྲོ་བ་འདི། དམན་པའི་གནས་སྤྱོད་བསྐྱུར་བར་བྱེད། བྱུང་མེད་གཞིན་ཅུ་བཅུན་པའི་དག། དུག་དབུལ་རྒྱལ་བྱིས་མ་ཁན་པའི་དག། འཁོར་འཁྲུང་སྤྱོད་གཞིན་པའི་དག། དག་འདིས་གང་བཅོམ་ངེས་པར་བཅོམ། སྤྱོད་པའི་དཔལ་འབྱོར་སྒྲིག་ལྟར་གཤམ། ལྷས་ཀྱང་ཁྱུ་བྱར་ལྟར་འཛིག་ཅིང་། རྟན་དང་གདོན་དང་འཛིགས་པ་ནི། བཞིན་ཏུ་མང་པའི་དབུས་གནས་པ། རྒྱུད་གསེབ་མར་མེ་ཁྱ་བྱ་ལ། ཡིད་བདན་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་དུ། འབྱུང་འགྱུར་གནས་ལ་མེ་མེམས་པར། བག་བརྒྱུད་རྒྱལ་གྱིས་ཇི་ལྟར་གནས། མཐོན་པོ་ནམས་ཀྱང་དམའ་བ་དང་། འབྱོར་བ་ནམས་ཀྱང་རྒྱུད་འགྱུར་ལ། མཛེས་པ་ནམས་ཀྱང་ཉམས་འགྱུར་པའི། འདུས་བྱས་འདི་རྒྱལ་ཅིས་མ་མཐོང་། རང་སྒོ་ནང་དུ་བཀྱག་ནས་སྤྱོད། བག་ཡོད་པར་ནི་མ་བྱས་ན། བདག་སྤྱོད་བདག་གིས་མི་ཤེས་ཏེ། གཞན་གྱིས་བཤད་ཀྱང་གོ་བར་དཀའ། ལྷ་ཚོགས་ཡུལ་རྒྱུན་དང་འཕྲད་ཆེ། ཅོལ་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་བྱི་བཞིན་འབྱིད། བཟང་རྒྱགས་ཤོར་པའི་སྤྱོད་པའི་ལ། བཞད་གད་བྱས་ཀྱང་བརྟོད་པར་སྒྲོམ། སྤང་ལ་གཞལ་པའི་སྤྱོད་བཞིན་དུ། ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་ནི་བྱ་བ་ལ། བྱས་པའི་ལག་རྒྱུས་ཆེ་རྒྱུད་གིས། སྤྱོད་ནམས་ཀྱིས་བཟང་ངན་ཤེས། བསམ་མེད་ཞེ་མདོ་རྒྱུད་བ་ནམས། སྤྱོད་པའི་དུས་དང་ནས་པའི་དུས། ཉི་མ་གཅིག་ལ་བྱུང་བ་ལྟར། ཆོ་གང་འདི་བྱས་ངོས་བཟུང་མེད། མཁས་ནམས་ཉི་མ་རེ་རེར་ཡང་། ཆོས་དང་ནོར་དང་འདོད་དང་ཐར། རྩེ་བཞིའི་དོན་ཆེན་ལྟར་སྤང་པས། རྣམ་ཞིག་གྲུབ་འབྲས་རྒྱ་ཆེ་ལྟར། དོན་མེད་པ་དང་དོན་ཉམས་པ། ཀྱུན་ཀྱང་བག་མེད་ལས་བྱུང་བས། ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཡང་། བག་མེད་སྤྱོད་ལ་དོན་རེ་བསྐྱབ། སྤྱང་པོ་སྤྱང་མཐར་མ་ཕྱིན་པར། སྤྱང་པོ་འཆལ་བ་བྲམ་པའི་རྒྱ། དོན་མེད་ཀྱི་ལ་མགོ་བདེ་བསྐྱུར། འདི་འདྲ་བག་མེད་པ་ཡི་སྤྱོད། ཁོང་ཡངས་ཤོང་རྒྱ་ཡོད་ན་ཡང་། རང་རིང་ངང་ནས་བྱ་བ་ཤོར། ཤན་མེད་གཞོད་མེད་རྒྱ་མཚོའི་དོ། འདི་ཡང་བག་མེད་པ་ཡི་སྤྱོད།



ཆེ་ཡང་སེམས་མི་འཛིན། །སྤར་བྱས་ལས་ཀྱི་རྟིང་གཅོད་དང་། དེ་ལྟའི་བྱ་བ་ལེགས་ཉེས་ལ། ཇི་  
 བཞིན་གསལ་གན་མི་བྱེད་པ། མི་དང་གཡོ་སྤྱོད་ཅན་གྱི་དགས། །དང་པོ་དག་རྩ་གྱུར་ཀྱང་སྒྲ། །རང་  
 གི་བྱ་བ་དེ་བྱས་ཡིན། མི་དང་གཉེན་དུ་འགྱུར་མི་རུང་། །ཕན་པ་བྱས་ཀྱང་ལོག་པར་སྤྱབ། །དང་  
 པོས་དང་པོར་བསྐྱུངས་པ་ལ། སྤྱོད་པོའི་འགྲོགས་ཡུན་ཆུ་བས་རིང་། །གཡོན་ཅན་འདོད་པས་བཀྱག་  
 པའི་གྲོགས། ཇི་ལྟར་བྱམས་ཀྱང་ནམ་མཁུག་དག །དང་ལ་ལྟ་ཡང་མགྲ་ནས་འདྲ། །དང་པོ་ལྟ་ཡི་  
 གནས་སུ་འགྲོ། །དང་པོའི་བྱ་བ་ཕྱི་ཐག་རིང་། །དང་པོ་རྒྱལ་ཁམས་ཇི་རུའོས། །དང་པོ་ཞེས་བྱའི་  
 ཡོན་ཏན་ནི། །ཡོན་ཏན་ནང་ན་ཡོན་ཏན་མཆོག་ །མི་ཆོས་གཙང་མའི་སྣང་པོ་སྟེ། །མང་དུ་  
 བསྟོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །གང་ཞིག་ཇི་ལྟར་ཁས་འཆེས་པ། །འགྱུར་བ་མེད་དོ་དམ་བཅའ་བཏན།  
 །དམ་བཅའ་བཏན་ན་རང་དོན་གྲུབ། །གཞན་གྱིས་འདི་ཡི་ཆོག་བཟུང་འོས། །ལེགས་པར་དབྱེད་  
 ནས་ཁས་འཆེས་པ། །བསྐྱལ་པའི་མཐའ་ཡང་གཏོང་མི་རུང་། །དམ་བཅའ་ཉམས་པས་ཇི་འཛིགས་  
 པ། །དེ་ཅམ་རྒྱལ་བྲིམས་ཀྱིས་མི་འཛིགས། །གཏམ་དང་མནའ་ལ་མི་ཅི་བའི། མི་དེ་སྤོལ་ཆགས་  
 ཇི་བཞིན་དུ། །བཟང་པོའི་བཅུད་ཀྱིས་དབེན་པ་ཡང་། །དྲགས་དེ་ཁོ་ནས་ཡང་དག་ངེས། །འདི་  
 འདྲའི་མི་ལ་ལྟ་དང་དཔལ། །ཚུན་གཤེད་བསྐྱམ་པའི་གྲིབ་བཞིན་དུ། །གཞན་དང་གཞན་དུ་བྱོལ་བ་  
 ལ། ཐེ་ཆོམ་ཅམ་ཡང་སྤྲོད་མ་ཡིན། །དམ་བཅའ་ཅི་ཅམ་བཏན་གྱུར་པ། །དེ་དང་དེ་ཅམ་ཡིད་རྟོན་  
 གནས། །ཡིད་རྟོན་གནས་སུ་ཇི་རུང་བ། །དེ་ལྟར་ལྟ་དང་དཔལ་ཀྱང་གནས། །དམ་པ་ནམས་  
 ཀྱིས་སྤྱུས་ཟེན་ཆོག །དོན་ཆེན་མེད་ཀྱང་ཚོག་དཀའ་ན། །དོན་ཆེན་ལྟར་དང་མནའ་པོར་བའི། ཆོག་  
 ལ་ཚོག་པ་ག་ལ་སྤྲོད། །དམན་པ་ནམས་ལ་སྤོག་པོངས་པ། །དེ་བཞིན་མཆོག་ལ་དམ་བཅའ་པོངས།  
 །དམན་པས་དམ་བཅའ་དོར་བ་ལ། །མཆོག་ནམས་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཚར་བྱེད། །མཆོག་ནམས་ཀྱི་ནི་  
 དམ་བཅའི་དོན། །སྤོག་གཏོང་བ་ལ་དམན་པ་ནམས། །ངོ་མཚར་བྱེད་ཀྱང་དམ་བཏན་ལ། །ཡོན་  
 ཏན་ཆེ་བར་མི་སེམས་ཀྱང་། །དམན་པ་ནམས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤངས་ནས། །དམ་པའི་རྒྱུད་ལ་དྲག་གནས་  
 པ། །དམ་བཅའ་བཏན་པ་ཞེས་བྱ་བའི། །ཡོན་ཏན་འཛིག་རྟོན་ཆེ་བའི་རྒྱན། །



འདི་ནི་བདག་ལ་འདི་ལྟར་དུ། །ཕན་འདོགས་ཤིང་པོ་ཡིན་སྙམ་དུ། །བྱས་པ་ཤེས་པས་  
དྲིན་གཙོ་བ། །ཡ་རབས་སྤྱོད་པ་མཆོན་པའི་སྒོ། །ཕན་གཞི་དེ་བྱས་པ་མི་ཤེས་པ། །དེ་ལ་ལན་དུ་  
སེམས་པ་མེད། །དེ་ཕྱིར་འཕགས་ན་མས་མ་གཏོགས་པ། །འདི་ལ་ཕན་གཞི་དེ་སྤྱི་ཡིས་ཚིམ། །ཕན་  
དང་གཞི་དེ་ལམ་གོ་བ་རྒྱུ་མཁན། །མི་རུ་བརྟགས་ཀྱང་འདྲེ་ཡིན་ན། །དེ་ལ་སྤྱོད་ལམ་བརྟན་པ་ཅི།  
།རྩ་བ་ཙམ་ཡང་སུ་ཞིག་འདོད། །དམ་པའི་སྤྱི་བ་ཕྱེད་མཆོག་ན་མས་ནི། །བྱས་པ་ཁྱེད་ཡང་དྲིན་གཙོ་  
ཆེ། །འདི་འདྲའི་ཡིན་ཏན་ལྟར་གྱུར་ན། །ཡིན་ཏན་ཆེན་པོ་གཞན་ཡང་བདོག། །གང་ཞིག་བྱས་པ་  
མི་གཙོ་བ། །དེ་ལ་སྤྱོད་མེད་ཟུང་ཐུབ་དང་། །ཁྲིལ་དང་བག་ཡོད་དང་པོ་སྤོགས། །ཡིན་ཏན་གཞན་  
ཡང་ཇི་ལྟར་ཡོད། །བྱས་པར་ཤེས་ཤིང་དྲིན་གཙོ་བས། །མི་ལ་དཔལ་མགོན་གནས་ཞེས་གྲགས།  
།ཡིན་ཏན་འདི་ལས་ཡིན་ཏན་གཞན། །མཆོན་པར་བྱས་པས་མི་དེ་མཛོས། །གཞན་ལ་ཕན་པར་  
ཚིན་པ་དེ། །རང་ཉིད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ། །དཔལ་དང་འཁྱོར་བ་རྒྱ་ཆེ་བ། །འདི་ལས་འབྱུངས་  
ཤིང་འདི་ཡིས་འགྲུགས། །རང་དོན་ཆེས་ཆེར་གཉེར་བ་དེ། །དང་པོ་དཔོན་དུ་གྱུར་ན་ཡང་། །དེ་  
བས་ཇི་དམའ་དག་ཏུ་འགྱུར། །རི་གཟར་པོ་ཡི་འབབ་ཆུ་བཞིན། །གཞན་ལ་ཕན་པ་སྤྱིར་ལེན་པ།  
།དང་པོ་བྲན་དུ་གྱུར་ན་ཡང་། །དེ་བས་ཇི་མཐོར་ཕྱིན་གྱུར་ཏེ། །གཡུ་འབྱུག་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་བཞིན།  
།སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པོ་རང་དོན་ལ། །ཆགས་པས་རང་དོན་ཁོ་ན་གཉེར། །རང་དོན་ཅི་ཡང་མི་འགྲུབ་པ་འམ།  
།འགྲུབ་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་འགྲུབ་པར་དཀའ། །སྤྱོད་པ་མཁའ་ལ་རང་དོན་ལ། །ཆགས་ཀྱང་གཞན་དོན་  
གཙོ་བོར་གཉེར། །གཞན་དོན་གཉེར་བའི་གྲགས་ལ་ནི། །རང་དོན་ཤིན་ཏུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས། །འདི་  
དང་ཕྱི་མར་རང་གི་དོན། །ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེར་འགྲུབ་འདོད་ན། །གཞན་དོན་གཉེར་བ་ཐབས་སུ་བཟུང་།  
།ཐབས་འདི་རྒྱལ་སྤྱི་ན་མས་ཀྱི་འང་ལམ། །

སྤྱི་བས་འོས་ཡིན་ཏན་ལྟར་པ་ལ། །བདེན་པའི་གནས་དང་དེའི་ཤེས་བྱ་རྒྱ་ཆུ་འབྱས་མི་བསྐྱེད་  
འདུག་ལྟེན་ལ། །ཡིད་ཆེས་དད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དད་པ་ཆོས་ཀྱི་ཅུ་བ་སྟེ། །དད་ལས་བསོད་ན་མས་  
ཆོགས་འཕེལ་ཞིང་། །བསོད་ན་མས་ཅན་ལ་ཡ་རབས་ཀྱི། །སྤྱོད་པ་ཀྱན་གྱིས་ངང་གིས་གནས། །དད་

པས་ཀྱང་པ་ཕྱིར་ལ་འདོར། འད་པ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱ་སྟེ། ཇི་ལྟར་བསམ་པ་འགྲུབ་བྱེད་པའི་  
 །སངས་རྒྱུ་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་གསུམ། རྣམ་ཡང་མི་བསྐྱེད་སྐྱབས་གནས་ཡིན། རྒྱུ་བས་དེའི་  
 །ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་ལ། ཡིད་ཆེས་གསུམ་པ་རྟག་ཏུ་བྱ། འདྲུལ་ནས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱེ། རྣམ་  
 །ཡང་ཆུད་མི་ཟ་བར་སྒྲིན། འདི་ཕྱིར་རང་ལ་རང་བཅོམ་ན། ལས་འབྲས་སྒྲུབ་དོར་ཞིབ་ཏུ་བྱ། འདི་  
 རྟེན་ལས་ཀྱི་ས་ཡིན་ལ། འདི་ནས་ཕ་རོལ་འབྲས་བྱེས་ས། འདི་ཕྱིར་རང་དབང་ཡོད་དུས་འདིར། འདྲུལ་  
 བའི་ས་བོན་འདེབས་པར་གྱིས། རྣམ་ཆོག་སྐྱེ་བའི་བདེ་སྤྱུག་ལྟོས། འདི་ཡི་རྒྱ་ནི་ལས་ཡིན་ཞེས།  
 འབད་ན་པར་སྐྱེ་བས་ལེགས་གསུངས་ན། སྤྱི་ཞིག་ལས་འབྲས་བསམ་མི་བྱེད། འདྲུལ་མ་ཆོག་གསུམ་  
 རང་བདེན་པ་བཞིར། ཡིད་ཆེས་པ་ཡི་དད་པ་ནི། རྟོན་ན་རྟོན་པའི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། ཁྱེད་མ་བཟང་  
 བའི་བསྐྱེད་ནམས་འབྲས། འབད་གཞི་ལོངས་སྤྱོད་འཆང་གུར་ཀྱང་། འདབ་མེད་ལུལ་དུ་ལུས་ཏེ་  
 འགྲོ། འདི་བས་གཏོང་མོད་སྒྲིབ་ལ། འདི་ཕྱིར་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་བསྐྱབ། གཏོང་བ་ཆུང་ཡང་  
 འབྲས་བྱེ། ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་ཡང་ཕན་པ་ཆུང་། རྟོན་ཆད་བྱིན་པས་འདིར་འབྱོར་ཀྱང་། འདིར་  
 མ་བྱིན་ན་བྱི་མར་དབུལ། འབས་གས་དང་བསྐྱུངས་དང་བསྐྱུངས་པ་ཡི། རྟོན་ལ་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་མང་།  
 ས་གཞི་ཞོར་གྱིས་གང་ན་ཡང་། རྒྱེ་བའི་འདོད་པ་ངོམ་མི་འགྱུར། ཟས་ཞོར་གནས་མལ་ཅམ་  
 ཞིག་ལས། ལྟག་མ་ཕན་མེད་སྤྱུག་བསྐྱུང་། གཏོང་བས་འདི་དང་བྱི་མར་ཡང་། རྟོན་ནམས་  
 ཆེར་འཕེལ་དབྱར་ཆུ་བཞིན། གཏོང་བས་ཆེ་དང་གྲགས་པ་འཕེལ། གཏོང་བས་དཔལ་དང་བདེ་  
 བ་འཕེལ། གཏོང་བ་འདི་ནི་འཕེལ་བའི་སྒྲོ་ ཡིན་ཀྱང་སྒྲེ་བོས་ཟད་པར་དོགས། མི་གཏོང་ཤིན་  
 ཏུ་བསགས་པ་ཡི། ཞེ་སྤྱུག་བརྟག་ན་དུད་འགྲོ་འདྲ། གཞི་ཞིང་སྤྱིང་པོ་མེད་པ་ཡི། རྟོན་ལས་  
 སྤྱིང་པོ་ཅིས་མི་ལེན། མ་གཏོང་སྤྱད་པར་མ་བྱས་པའི། གཞི་སྤྱིང་འབྱོར་བ་གཞི་ལ་ལྟོས། ཟན་  
 རྒྱུ་ཁམ་གཅིག་གིས་ཉོས་པའི། འཁོར་བསྐྱུར་དཔལ་དེ་ཅིས་མ་བསྐྱབ། འདྲུལ་སྒྲོ་ལྟན་ཟུང་ཐུབ་  
 དེས། བྲལ་དང་བག་ཡོད་པའི་ཆུལ་གྱིས། འདྲུང་དང་དམ་བཅན་གཞི་གཟུང་ནས། བྲས་པ་ཤེས་  
 བེད་ཕན་པར་བཅོམ། འདྲུང་དང་གཏོང་བའི་ལུགས་བསྐྱེད་ན། འདི་དང་བྱི་མའི་གནས་སྐབས་

སྟུ། །ཆེ་རིང་བ་དང་ནད་མེད་དང་། །ཡིད་དུ་འོང་དང་འཕྱོར་ཐོན་དང་། །ཀྱན་གྱིས་བཀྱར་ཞིང་  
བསྐྱགས་པ་དང་། །དབུ་འཕང་མཐོ་ཞིང་མངའ་ཐང་རྒྱས། །མཐའ་བཞི་ལས་རྒྱལ་ལས་ལྷགས་  
དང་། །སྟོབས་མཐུ་རྒྱས་པ་མེ་ཁྱར་འབར། །བདེ་དང་ཡིད་བདེའི་དཔལ་རྣམས་ཀྱན། །རྟག་ཏུ་  
མདུན་ན་གནས་བཞིན་པར། །སྟན་གྲགས་ལྟ་ཡི་ཤི་ཆེ། །འཇིག་རྟེན་འདི་ན་བྱབ་པར་སྟོགས།  
།དེ་ཕྱིར་ལྟ་དང་དཔལ་རྣམས་ཀྱན། །གང་གི་རྒྱུད་ལ་གནས་འདོད་པས། །ཀྱན་སྦྱང་གིས་བསྐྱལ་  
འདི་ལྟ་བུ། །རྟོགས་སྦྱར་སྦྱང་སྟེ་ལེགས་པར་བྲིས། །བདག་གིས་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་དང་། །དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་ལ། །འདྲིས་པས་ལེགས་པར་སྦྱ་བ་ནི། །བྲག་ཆ་བཞིན་དུ་བརྟེན་ལ་མཁུས།  
།འོན་ཀྱང་ཐོག་མེད་ངན་གོམས་ཀྱིས། །བསྐྱད་ཕྱིར་ལེགས་པར་སྦྱོད་པའི་ཆ། །ཤིན་ཏུ་ཐུ་ཡང་ལེགས་  
སྦྱོད་ལ། །བཟང་པོར་མཐོང་བ་ཅམ་དུ་བཟ། །དེ་ཕྱིར་སྦྱོལ་ཡར་བས་ཀྱི། །སྦྱོད་པ་གང་གིས་སྦྱོད་  
པ་ལ། །ཤིན་ཏུ་ཡི་རང་ཉིད་གྱུར་ཕྱིར། །གཞན་ཀྱན་འདི་འདྲའི་ཚུལ་བཟང་ལ། །གཞུག་པར་  
འདོད་པའི་བརྟེན་བ་དང་། །སྟོ་ཐོན་གང་གིས་བསྐྱལ་བའི་རྒྱས། །སྦྱོལ་བའི་ལྷགས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་ལས།  
།རུང་བཟང་བསྐྱུས་ཏེ་བརྟེན་པ་ལགས། །འདི་ཡི་དགེ་བས་འགྲོ་ཀྱན་ལ། །བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་རྣམ་  
པ་བཟུ། །འབད་པ་མེད་པར་ཞུགས་ནས་ཀྱང་། །ལྟ་དང་དཔལ་གྱིས་བརྒྱན་པར་ཤོག །

ཅས་པ་འདི་ཡང་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་ལྷགས་ཀྱི་སྟོལ་རྩི་མ་མེད་པ་ལ་དགའ་ཞིང་དང་དུ་ལེན་པར་འདོད་པའི་སྐལ་བ་  
བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཕྱག་པ་རྒྱ་མཁར་དཀོན་མཆོག་གིས་འདི་འདྲ་བཞིག་ཕྱིས་ཞེས་བསྐྱལ་པོར་འཇམ་དཔལ་དེ་གྱིས་  
པའི་རང་མདངས་ཞེས་འབོད་པས་རྟོགས་པ་གྲག་གིས་ལྟ་ཅེར་བྲིས་པ་མཚན་ལོ། །དགེ་ལོ། །

## མཆན་འགྲེལ།

༡ ལྷགས་གཉིས། ཚས་དང་སྤྱིད་ཀྱི་ལྷགས་ཏེ་གཉིས།

༡ འདི་ཕྱི། ཆེ་དང་འདི་དང་ཕྱི་མ།

༡ འཕགས་པའི་ལམ། འདིར་ལམ་མཆོག་སྟེ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ལམ།

༡ འཕགས་པ། ཐེག་དམན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་གྱིས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ཡན་ཆད་སོ་སོ་སྟེ་པོ་ལས་རིང་པོར་

འཕགས་པས་ན་འཕགས་པའོ།།

- ༥ སྤྱི་དགྲ། རིན་ཆེན་ཕྱང་བའི་དར་རྒྱུ་ཏུ་ཕྱང་པོ་ཕྱ་དང་འབྲུང་བ་བཞི་བཅས་ཆོས་དགྲ་ལ་བཏགས་པའི་གང་ཟག་ལ་སྤྱི་  
དགྲ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། པའ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་འདྲོད་ཁམས་ནས་གཤེད་པའི་འཕྲོ་ཁམས་དང་གཟུགས་  
ཁམས་དང་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་སྤྱི་བ་གསུམ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ཁམས་གཉིས་པ་འདྲ་དེ་རྩར་སྤྱར་  
བས་དགྲ་ལ་སྤྱི་དགྲ་ཡིན་པར་གསུངས། ཡང་སྤྱི་རྒྱ་ཞེས་འབྲི་བའང་ཡོད།
- ༦ བེད་བྱེ། ལུས་སེམས་འཆང་ལོངས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་ཤེས་འབྱེ་ཟེར་བས། འདིར་བསམ་ཤེས་ཐུབ་ཅིང་གྱི་གནས་  
སྐབས་ལ་གོ་ཆོག་སྙམ།
- ༧ པོ་རྩ་ཐེར་མ། པོ་རྩ་ནི་སྤྱི་ལའི་ཕྱག་རྩ་དང་། ཐེར་མ་ནི་དག་རྩ་ལའང་མཆོན་རྩ། ཡང་ན་འགོ་བའི་རྩ་ལ་འདྲེག་པར་སྙམ།
- ༨ ལེ་ལན། གནོད་ལན་ནམ་འཁོན་ལན། ཡང་ན་སྤྱོན་ནམ་ཉེས་པ།
- ༩ རྒྱ་བུར་མིག་ཅན། མི་དཀྲུགས་མའི་མིག་དང་ཕྱན་པ་སྤྱི་འདིར་ལོ་སྤྱིར་གོ་
- ༡༠ རྒྱུགས་ཆེན། རྒྱུགས་པ་ཆེན་པོ་སྤྱི་གསང་སྤྱགས་སྤྱི་མའི་ཆོས་སྤྱད་དུ་གྲགས་ཆེ། དེ་ཡང་། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
ལ་ངོ་བོ་རྣོང་པ་ཆོས་སྤྱི། རང་བཞིན་གསལ་བ་ལོངས་སྤྱི། ཐུགས་རྗེ་ཀྱན་ཐབ་སྤྱི་ལ་སྤྱི་སྤྱི། སྤྱི་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་རྒྱན་གྱིས་བྱུང་པར་རྒྱུགས་པ་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཡིན་པས་ཆེན་པོ་འོ།
- ༡༡ བྱི་ཐག་ འབྲུང་འབྲུར་གྱི་དུས་དང་། ཨ་གསར་མེད་པར་འགྲོགས་ཡུན་རིང་བ་བཅས་སུ་འདྲེག་པ་ལས་འདིར་ནི་བྱི་  
མ་དེ་ཡིན།
- ༡༢ བསྟན་བཅོས། འཆོས་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་ཕྱན་ན་བསྟན་བཅོས་ཏེ། །གཉིས་པོ་འདི་དག་གཞན་གྱི་ལུགས་ལ་མེད། ཅེས་  
གསུངས་པ་རྩར་འཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་ཕྱན་པའི་རྫོང་བྱེད་ནམ་དག་དེ། བསྟན་བཅོས་ཡང་དག་པའི་མཆོན་  
ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་རྒྱུག་པ་ནི་བསྟན་བཅོས་རྩར་སྤྱང་ཡིན།
- ༡༣ དུད་འགྲོ། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གི་ནང་གསེས། དུད་དེ་འགྲོ་བར་བྱེད་པས་དུད་འགྲོར་བཞད་ཀྱང་། ཉིར་སྤྱི་སྤྱི་  
ཐུར་གསེག་གམ་ཐད་ཀའམ་འཁྲིག་པོ་ལ་འདྲེག་པས། འགྲོ་རྒྱུ་ལ་དེ་རྩར་ཤས་ཆེ་བ་ལས་བཏགས་སམ་སྙམ།
- ༡༤ གཤེད་པ། སྤྱི་བ་སྤྱི་ཞེ་སྤྱི་ལས་ཆོག་རྩ་སྤྱི་པ་ལྟ་བུའོ།།
- ༡༥ ཉིང་གཅོད། ཉིང་མར་རམ་རྗེས་སུ་མི་བྱེད་པར་ཁོ་ཐག་གཅོད་པའམ་ཁས་ལེན་པ།
- ༡༦ གདོད་པ། གནའ་རབས་རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་བཞིའི་ཐ་མ་སྤྱི། མགར་བ་དང་། བཤན་པ། རྫོན་པ། ཉལ། ཐགས་  
ལཱན། ཆོས་པོ་མིགས་འདུས་པའོ།
- ༡༧ ཅོ་ལ་རྒྱུང་། འཁོས་རྒྱུང་ངམ་དོན་མེད། ཁ་སྤྱད་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱི་བའི་སྤྱི་ལ་དང་འདྲ།
- ༡༨ ཁོང་འབྲིག་ཅན། ཡིད་ལ་དོགས་པའི་ཤུགས་ཆེ་བའི་སྤྱི་པོ།

## ཨང་གི་འབྲི་སྒྲིལ།

པར་གྱི་ལ་མཚན།

ང་ཚོའི་མི་ཚེ་ནི་ཨང་གི་འཕེལ་བྱའམ་གྲངས་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ནི་གཤམ་གྱི་དཔེ་མཚན་ཞིག་ལ་གཞིགས་ན་གསལ་པོར་མཐུན་ངེས་རེད།

■ མི་མང་ཆེ་བས་སྤྱི་འདྲེ་ཚུད་ ༦ པའི་ཐོག་རང་གི་ཚུད་གྱི་དྲིལ་བཟང་བཟང་བ་དང་ཡར་ལངས་ཏེ་ཉིན་མོ་དེའི་རིང་གི་ལས་རིམ་འགོ་འདྲུགས་གྱི་ཡོད།

■ འགྲུལ་སྐྱེལ་སྤྱུམ་འཁོར་གྱི་ལམ་རྫོན་པས། འགྲུལ་མི་ཆེ་གོ་མོར་སྒྲོར་ ༡༠ ན་དྲུང་གནང་རོགས་ཞེས་བརྗོད་པར། འགྲུལ་པས། གང་གསུང་གི་ཡོད། ངས་ལམ་གྲོན་ཆ་ཆང་ལུ་ཟེན་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ལ་ལམ་རྫོན་པས། ཟླ་བ་ ༧ པ་ནས་ལམ་གྲོན་བརྒྱ་ཆ་ ༥ འཕར་ཡོད་པས་སྒྲོར་ ༡༠ ན་དྲུང་གནང་རོགས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་གྱིས་གསན་སྟེང་ལ། བྱེད་ལའང་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་དངོས་སུ་བྱུང་ཡོད་སྟེ།

■ ཡང་བྱེད་གྱི་བྲིམ་མཚེས་ཨ་མ་སྒྲོལ་མས། ཚོང་བདག་ལ་འོ་མ་ལི་ཏར་ ༡ ཅན་གྱི་ཁྲག་མ་ཞིག་ཚོང་རོགས་ཞུས་པར། ཚོང་བདག་གིས། འོ་མ་ལི་ཏར་ ༡ ཅན་གྱི་ཁྲག་མ་མེ་འདུག་ འོ་མ་ལི་ཏར་ ༡ ཅན་གྱི་ཁྲག་མ་ཞིག་དང་འོ་མ་ལི་ཏར་ཕྱེད་ཀའི་ཁྲག་མ་ ༡ ལུ་ན་འགྲིག་པ་འདུག་གམ་ཞེས་བརྗོད་པ་གསན་ཡོད་སྟེ།

གོང་གི་དཔེ་དེ་དག་གིས་ང་ཚོའི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་ནང་གྲངས་གྱི་ཐེད་སྟེང་མཚན་གྱི་ཡོད།



འཕོར་གེས་དགོས་པ་དང་། ས་ཁིང་གི་ཆད་འཇལ་དགོས་པ། ཁིང་གི་ཐོན་འབབ་བསྐྱར་དགོས་  
པ། དུས་ཚིད་ཅི་དགོས་པ་སོགས་གནས་ཚུལ་མང་དག་ཅིག་བྱུང་ཡོད། དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་  
ལས། ལྷ་ལྷེ་ལོ་མི་མི་རིགས་(Babylonia)དང་། ཨི་ཊིབ། རྒྱ་གར། རྒྱ་ནག་སོགས་ཀྱི་ནང་རིག་  
གཞུང་དར་འཕེལ་ཆེན་པོ་བྱུང་བའི་སྐབས། མི་རིགས་དེ་དག་གིས་རང་གི་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱན་  
ཏེ་གནའ་བོའི་གྲངས་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད།

སྤྱི་མའི་ལྷ་ལྷེ་ལོ་མི་རིགས་ཀྱིས་ཕྱི་ལོའི་ལྷོ་མ་གྱི་ལོ་ ༣༡༠༠ (B.C.) སྐབས་སྤྱི་བརྒྱན་  
སྤང་ཡང་གི་བྲིས་པ་ད་ལྟ་མཐོང་བྱ་ཡོད། མི་རིགས་དེ་ཆོས་ཡང་གི་འབྲེ་ལུགས་གཟེར་གཟུགས་  
(cuneiform) ཞེས་པ་དམིགས་བསལ་གྱིས་གསར་གཏོད་བྱས་ཏེ་གཅིག་ལ་ ▼ བརྩ་ལ་  
➤ བརྩ་ལ་▼ ➤ སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད། ཁོང་ཆོས་གྲངས་གཞན་འབྲེ་རྒྱར་གོང་  
གི་མཚོན་ཏེ་གསུམ་རྒྱུ་སྤྱི་བྲིས་ཡོད། དཔེར་ན། ༡༠༠༠ རྟེན་ཁོང་ཆོས་(དཔེ་རིས། ༡) ལྟར་  
བྲིས་ཡོད། དེ་ནི། ༡༠༠ ཐངས་ ༡༠ བྲིས་པ་རེད།

ཁོང་ཆོས་གྲངས་འཕོར་ཆེན་པོ་ཡང་གྲངས་འདྲན་བྱེད་ཐུབ་ཡོད། དེ་ཡང་ཁོང་ཆོས་གྲངས་  
༡ ནས་ ༦༠ བར་བརྩིས་ཤིང་ལས་ཆེ་བ་རྒྱུ་སྤྱི་བྲིས་ ༦༠ ཡི་ཆེན་པ་བཟོས་ཏེ་གྲངས་འདྲན་བྱས་  
ཡོད། དེ་འདྲའི་ ༦༠ ཆེན་པ་བརྩི་བའི་རྒྱུ་ཞིག་དང་དུས་ཀྱང་ཤེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་ནི་ལྷོ་མ་གཅིག་ལ་



སྐར་མ་ ༦༠ ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།  
སྤྱི་མའི་ཨི་ཊིབ་པ་ཆོས་ཀྱང་གྲངས་ཆེན་པོ་གྲངས་འདྲན་བྱེད་  
ཐུབ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁོང་ཆོས་ལོ་གཅིག་ལ་ཉིན་གྲངས་ ༣༦༥ ཡོད་  
པ་ཡང་བསྐྱན་ཐུབ་ཡོད། ཁོང་ཆོས་གཤམ་གྱི་བད་རིས་བྲིས་གཟུགས་

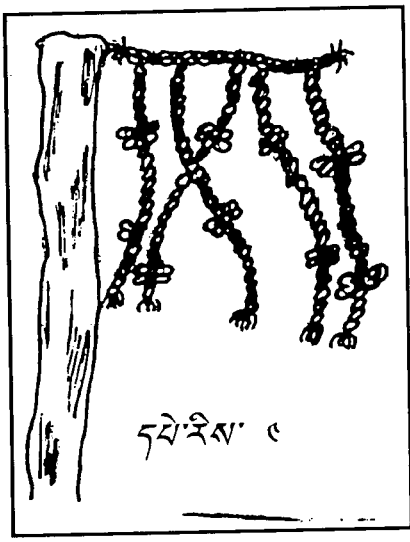
(hieroglyphic) ཀྱིས་གྲངས་མཚོན་པར་བྱས་ཡོད། ཨི་ཊིབ་པ་ཆོས་གྲངས་མཚོན་པར་གཤམ་  
གསལ་གྱི་མཚོན་ཏེ་གསུམ་(དཔེ་རིས་༢) ཤེད་སྤྱོད་བྱས་ཡོད།

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
20	40	70	100	200	1,000

དཔེ་  
རིས་  
༩

ཁོང་ཚོས་གྲངས་ ༥༩༧ མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཡང་གི་འབྲི་སྒྲུབ་ནི་འདི་ལྟར་ (དཔེ་རིས་ ༩) ཡིན། འབྲི་སྒྲུབ་འདིར་མཚོན་རྟགས་ཀྱི་གོ་རིམ་ཇི་ལྟར་བྲིས་ཀྱང་གྲངས་དེ་རང་མཚོན་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་། འབྲི་སྒྲུབ་འདི་ནི་དཀའ་འཚོགས་ཅན་ཞིག་ཡིན།

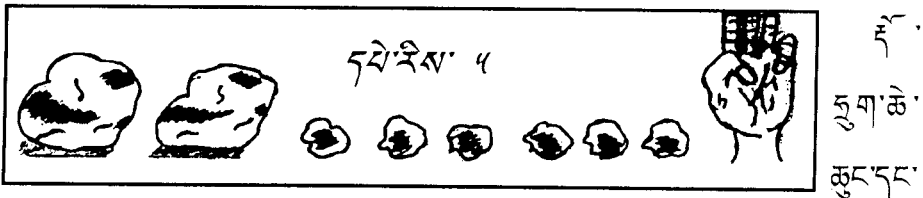
སྤྱི་མཐོང་སྐབས་སུ་མེ་ཚོས་ཐུགས་ཐོག་གྲངས་འདྲན་བྱེད་སྐབས་དོ་རྟགས་སྟེང་དུ་



འཛིག་པ་དང་། ཐག་པར་མདུད་པ་རྒྱག་པ་སོགས་ལས། དོ་སྤང་གི་དོ་རྟགས་ཀྱི་དང་ཐག་པའི་སྟེང་གི་མདུད་པ་རིས་ (དཔེ་རིས་ ༩) སེམས་ཅན་འདི་གྲངས་མཚོན་གྱི་ཡོད། དེ་རྗེས་མེས་རང་གི་ལག་པའི་མཛུབ་མོ་བཙུ་བེད་སྟེན་བྱས་ཏེ་གྲངས་འདྲན་བྱས། ང་ཚོས་འོལ་ཚོད་ཀྱིས་བཤད་ན་ལག་པའི་



མཛུབ་མོ་བཅུ་བཅུ་ཟེན་པ་དེས་དོ་རྒྱལ་ཞིག་གི་བཅུ་ཆག་དང་པོ་མཚོན་ཏེ། བཅུ་ཆག་གཉིས་པ་གངས་  
འབྲེན་ཆེད་སྐར་ཡང་ལག་པའི་མཛུབ་མོ་བཅུ་ལྟོད་བྱས་ཡོད། བཅུ་ཆག་གཞན་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་  
ནོ། །དོ་རྒྱལ་གི་གངས་དེ་ལག་པའི་མཛུབ་མོ་ཆང་མའི་གངས་དང་མཉམ་པ་བྱུང་བ་དེས་བཅུ་ཆག་  
བཅུ་མཚོན་པ་དང་། དོ་རྒྱལ་བཅུ་ཆག་དེ་བརྒྱུ་ཏེ་དོ་རྒྱལ་དེ་ལས་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་གངས་བཅུ་ཆག་  
༡༠ ཡང་ན་ ༡༠༠ མཚོན་པར་བྱས་ཡོད། དེར་བརྟེན། དོ་རྒྱལ་ཆེ་བ་གཉིས་དང་། དོ་རྒྱལ་ཆུང་  
བ་རྒྱལ་ མཛུབ་མོ་གསུམ་བཅས་ཀྱིས་གངས་ ༡༦༩ མཚོན་(དཔེ་རིས་ ༥) པ་རེད།



མཛུབ་མོ་སོགས་ཀྱིས་གངས་མཚོན་པར་བྱེད་པ་དེ་སྐབས་གིན་ཏུ་མི་བདེ་བ་ཡོད་སྐབས་མིས་གངས་  
མཚོན་ཆེད་ཨང་གི་འབྲེ་སྤྱོད་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད།

སྤྱི་མའི་ཁྱ་གར་དང་ཁྱ་ནག་སོགས་སུ་འང་ཨང་གི་འབྲེ་སྤྱོད་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད། ཁྱ་  
གར་བ་དང་ཨི་ཊི་བ་པ་ཆོས་གཞི་ཅིའི་གངས་བཅུ་བཅུ་ལྟོད་བྱས་ཡོད། དེ་ནི་གངས་ ༡ ནས་ ༧  
བར་དང་། གངས་དེ་དག་ལས་ཆེ་བ་ན་མས་བཅུ་ཡི་ཆན་པ་བཅོས་ཏེ་ཅིས་ཡོད། རྩོམ་མི་རི་ཀའི་  
མ་ཡུན་(Mayan) ཞེས་པའི་མི་རིགས་དེས་གཞི་ཅིའི་གངས་ ༡༠ བཅུ་ལྟོད་བྱས་ཡོད་པ་དང་།  
སྤྱི་མའི་མི་རི་ཡན་མི་རིགས་ཆོས་གཞི་ཅིའི་གངས་ ༡ བཅུ་ལྟོད་བྱས་ཡོད། རྩོམ་མི་རི་ཀ་  
བཅོས་གངས་འབྲེ་བར་མཚོན་རྟགས་ཀྱི་ཆབ་ཏུ་རང་གི་སྐད་ཡིག་གི་ཀ་མད་བཅུ་ལྟོད་བྱས་ཡོད། རྩོམ་  
མི་རི་ཀ་པས་རང་གི་སྐད་ཡིག་གི་ཀ་མད་(དཔེ་རིས་ ༦) དང་པོ་ནས་དགུ་པ་ཡིས་ ༡ ནས་ ༧  
མཚོན་པ་དང་། དེ་རྒྱུ་ཀྱི་ཀ་མད་དགུ་པོས་བཅུ་ཆག་ ༡ ནས་བཅུ་ཆག་ ༧ བར་མཚོན་པར་བྱས་  
ཡོད། ཁོང་ཆོར་ལྷན་གོར་རམ་ཐིག་ལེ་མཚོན་ཆེད་ཀྱི་རྟགས་མེད།



དེ་ནས་ཀྱི་གར་བའམ་ཉིན་དུ་བ་ཚོས་གངས་ཀྱི་འབྲེ་སྒྲིལ་སྐབས་བདེ་ལ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད་པ་དེ་ནི་འཇམ་གླིང་འདྲིའི་ནང་ད་ལྟ་ཚང་མས་ལག་ལེན་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་རེད། བྱེ་ལོའི་སྒྲིལ་གྱི་ལོ་ ༡༠༠ ལས་མས་སྟ། ཉིན་དུ་བ་ཚོས་གངས་ ༡ ནས་ ༡༠ བར་གྱི་མཚོན་དགས་བཅོས་པ་དང་། བྱིས་སྟུམ་རབ་པ་ཚོས་ཀྱང་འདི་ལག་ལེན་བྱས་ཡོད། ཨ་རབ་པས། ཨང་གི་འདི་དག་གི་འབྲེ་སྒྲིལ་དང་སྒྲིལ་བྱས་སྐབས། ལམ་ལུགས་འདི་རིམ་བཞིན་ཡུ་རོབ་ཀྱི་ཀྱལ་ཁབ་གཞན་དུ་འང་དར་བྱུང་བྱུང་ཡོད། ང་ཚོས་གངས་ཉིས་བར་བཅུ་མེད་དུག་འབྲེ་བར་བཅུ་མེད་པའི་མཚོན་དགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད། བྱེ་ལོ་ ༦༠༠ ནང་ཉིན་དུ་བ་ཚོས་ཅ་དངོས་མེད་པ་མཚོན་རྒྱུར་ལྷད་ཀོར་རམ་ཐིག་ལེ་(༠)འབྲེ་འགོ་བཅུགས་ཡོད། དེར་བརྟེན། གངས་ཉིས་བར་བཅུ་མེད་དུག་འབྲེ་སྐབས་ ༡༠༦ བོ་བཅུ་གནས་ཀྱི་ལྷད་ཀོར་དེས་བཅུ་ཆག་མེད་པར་སྒྲིལ་གྱི་ཡོད།

དུས་རབས་བཅོ་ལྔ་པའི་སྐབས་ནས་ཉིན་དུ་ཨ་རིག་གི་གངས་མཚོན་ལམ་ལུགས་གསལ་པོར་བཅད་སྒྲིལ་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད། ལམ་ལུགས་འདིའི་ནང་གངས་ཀྱི་མཚོན་དགས་བཅུ་(དེ་རིས། ༡)ལས་མེད།

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
༡	༢	༣	༤	༥	༦	༧	༨	༩	༠
དེ་ལེ་རིས་ ༡									

ལམ་ལུགས་འདི་འགོ་འདྲུགས་སྐབས་ 20 སྐགས་ལ་མཚོན་དགས་དམིགས་བསལ་ཡོད་ཀྱང་བྱིས་སྟུ་བཅུའི་ཚན་པ་བཅད་སྒྲིལ་གྱིས་བཅུ་ཆག་གཅིག་ལ་ 10 བཅུ་ཆག་བཅུ་ལ་ 100 བཅུ་ཆག་བར་ལ་ 1000 དང་། དེ་ནས་ཚན་པ་རེ་ལ་གནས་རེ་ཡང་བསྐྱར་ཡོད། ཨང་གི་ 1 ནས་ 9 དང་ 0 ནམས་བཅད་སྒྲིལ་གྱིས་ 10 ཡི་ཚན་པ། 1000 བོ་ཚན་



ཞིང་བདག་ཅིག་ནས་བྱ་ལོན་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་གནད་འགག་ནམས་གསལ་པོར་མཆོན་ཤིང་དུ་ཚྲོག་  
གངས་ཀྱི་དགོས་མཁེ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། བྱ་ལོན་ནི་ཚྲོག་གངས་ཀྱིས་མཆོན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་སྐབས་  
དེར་ཚྲོག་གངས་པོའི་སྤྱིད་ཤིང་དགོས་པའི་གནས་སྤངས་ཉུང་གས་ལས་མེད། འོན་ཀྱང་དེང་སང་  
ང་ཆོས་ཚྲོག་གངས་ནི་དངུལ་ཁང་ནས་དངུལ་བཏོན་པ་དང་འབྲུགས་པའི་ཆ་ཆད་ལས་ཆུང་བའི་ཆ་  
ཆད་སོགས་མཆོན་རྒྱུར་པོའི་སྤྱིད་ཤིང་གི་ཡོད།

འདི་འདྲའི་ཉིན་དུའི་ལམ་ལུགས་ཆད་ཐུན་ཞིག་གིས་དེ་སྤྱིན་ཡོད་པའི་ལམ་ལུགས་གཞན་  
ནམས་ཆང་མ་པོའི་མེད་གྱུར་ཡོད། ལམ་ལུགས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཆོར་གངས་ཆེན་པོའི་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན་ཡང་འབྲེ་བར་དཀའ་ངལ་གང་ཡང་མེད། དེ་བཞིན་ལམ་ལུགས་འདི་དར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཐོན་པའི་གྱི་ཆབ་དུ་ཞ་སྤྱུག་གིས་ཤོག་བུའི་སྤྱིང་ཅི་ཐབས་ཁག་ཅིས་རྒྱག་བྱུང། དེང་སང་ང་ཆོས་བརྩ་  
ཆག་གཅིག་དང་། བརྩ་ཆག་བརྩ་སོགས་ ༡༠ ཡི་བརྟེན་པས་མཆོན་གྱི་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་  
སྐབས། ལམ་ལུགས་འདི་ལ་བརྩ་ཅིས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཟེར་གྱི་ཡོད། བརྩ་ཅིས་སྐབས་གནས་ཐོབ་  
ནམས་འདི་ལྟར་འབྲེ་ཡི་ཡོད།

$10^7$     $10^6$     $10^5$     $10^4$     $10^3$     $10^2$     $10^1$     $10^0$

དེར་བརྟེན་གངས་འདི་དག་གངས་གནས་ཇི་འདོད་བར་རྒྱ་བསྐྱེད་གཏོང་བྱུང།

ད་ལྟ་ང་ཆོས་སྤྱིད་པའི་གངས་ནམས་གཞན་གསལ་ཁག་དུ་དེ་ཡོད། གངས་འདྲན་ཤིང་  
རྒྱུའི་ཆད་པོའི་སྤྱིད་ཤིང་པའི་གངས་ལ་རང་བྱུང་གངས་ཟེར་གྱི་ཡོད། གངས་འདིའི་ཁོངས་གངས་  
1, 2, 3... སོགས་གངས་མེད་ཡོད། གངས་ཀ་མང་པོ་ཡོད་པ་སྟོན་རྒྱུར་ང་ཆོས་འདི་ལྟར་འབྲེ་  
ཡི་ཡོད། 1, 2, 3 . . . ཆོག་གསུམ་པོ་དེས་གངས་ལྷ་མཐུད་ཡོད་པ་སྟོན་གྱི་ཡོད།

དེ་རྗེས་རང་བྱུང་གངས་ནི་གོང་གསལ་གངས་ཀྱི་ཐོག་ལྷན་གོར་ཡང་ཆུད་ཡོད་པའི་གངས་  
དེ་ཡིན། དེ་ཆོར་རྩལ་གངས་ཟེར་གྱི་ཡོད། 0, 1, 2, 3 . . . སོགས་ནི་རྩལ་གངས་ཡིན།

དེ་ནས་རང་བྱུང་གྲངས་དང་། ལྷན་པོར། རང་བྱུང་གྲངས་ཀྱི་ཐོག་གྲངས་སམ། ཡང་  
ན་མོ་གྲངས་ཆང་མ་ཡིད་པའི་གྲངས་དེ་ཡིན། དེ་དག་ལ་ཨིན་ཏི་ཇར་(integer) ཟེར། དབྱིན་  
སྐད་ཀྱི་ཨིན་ཏི་ཇར་ཞེས་པའི་དོན་ནི་གང་ཆང་ངམ་ཆ་ཆང་གི་དོན་ཡིན་རུང་འདིར་གཞུང་ནས་  
ཐ་སྙད་གཏན་འབེབས་མ་བྱུང་བར་གནས་སྐབས་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་སྒྲི་སོར་བཞག་གིས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།  
... - 3 - 2 - 1 0 1 2 3 ... ནི་ ཨིན་ཏི་ཇར་ཡིན།

ཨིན་ཏི་ཇར་དང་མཉམ་དུ་གྲངས་ཆ་དང་དེ་དག་གི་ཐོག་གྲངས་ཆང་མ་འཛུགས་གྲངས་  
དེ་དག་  $a / b$  བཤོད་ཅིས་ཀྱིས་མཆོན་པ་དང་། ཡང་ན་བསྐྱར་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོན་ཐུབ།  
ང་ཆོས་ཨིན་ཏི་ཇར་ཆང་མའི་མ་ཆར་ 1 གྲེས་ན། ཨིན་ཏི་ཇར་ཡང་གྲངས་འདི་བཞིན་  
མཆོན་ཐུབ། དཔེར་ན།  $2/1 - 3/1 - 2/1 - 1/1 0/1 1/1 2/1$  བཞིན་ཡིན།

$a / b$  ཡིས་མཆོན་ཐུབ་པའི་གྲངས་ལ་མཚུངས་གྲངས་ཟེར།  $5/6 - 3/4 2/7 -$   
 $1/29 0/15 16/5 - 101/5$  སྐབས་ནི་མཚུངས་གྲངས་(Vational) རེད། སྐབས་  
འདིར་  $b$  ནི་ལྷན་པོར་མིན་པ་ཞིག་དགོས། གང་ཡིན་ཟེར་ན་གྲངས་ཤིག་ལྷན་པོར་གྱིས་  
བཤོད་ཟེར་བ་ལ་གོ་དོན་མེད་པས་ཡིན། གྲངས་དེ་ནམས་ང་ཆོས་སེལ་གྲངས་(Decimal) ཀྱིས་  
ཀྱང་མཆོན་ཐུབ། དེ་དག་སེལ་གྲངས་ཀྱིས་མཆོན་པར་བྱེད་སྐབས། གནས་བསྐྱེལ་བ་དང་  
དེ་མིན་རྒྱན་འཁོར་སེལ་གྲངས་(Recurring Decimal) ཀྱིས་མཆོན་དགོས།

གལ་ཏེ་གྲངས་ཤིག་སེལ་གྲངས་ཀྱིས་མཆོན་སྐབས། གྲངས་དེའི་ཆོག་རྒྱུ་ཀྱི་གྲངས་ཀྱི་གནས་  
མེ་བསྐྱེལ་བ་དང་བསྐྱར་རྒྱུ་ཀྱི་མེད་ན་གྲངས་དེ་དག་ལ་མཚུངས་མིན་གྲངས་ཟེར་གྱི་ཡིད། དཔེར་  
ན་ང་ཆོས་  $22/7$  སེལ་གྲངས་ཐོག་མཆོན་ཐབས་བྱས་ན། སེལ་གྲངས་དེའི་ཆོག་རྒྱུ་ཀྱི་གྲངས་ཀྱི་གནས་  
མེ་བསྐྱེལ་བ་དང་རྒྱན་འཁོར་སེལ་གྲངས་ཡང་མིན། དེ་འདྲ་སྟངས་ཅང་།  $22/7$  ནི་མཚུངས་མིན་གྲངས་  
ཡིན། དེ་བཞིན་  $\sqrt{2}, \sqrt{3}, \sqrt{5} + 1$  དང་  $\sqrt{12} - 7$  སྐབས་ཀྱང་མཚུངས་མིན་གྲངས་ཡིན།

༡༡། འོད་ཅིས་རིག་པ་དེ་སྤྱོད་གསལ་བརྩམས་སུ་བཀོད་པ་སྒྲིགས་ར་  
རིག་པ་འབྱེད་པའི་ལྟ་མཉམས།

བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།

ན་མོ་ཤི་ཀླ་ལ་ཅུ་ཡ། དེ་ལ་འདིར་ཡུལ་གངས་ཅན་སྤྱངས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཅིས་  
རིག་གི་དོ་སྤྱོད་གསལ་བརྩམས་ཤིག་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ལ།

སྤྱིར་འཇམ་སྒྲིང་ཆེན་པོའི་གནས་སུ་དར་བའི་ཅིས་རིག་པ་ཇི་སྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་འདི་ཀྱན་རང་  
རང་ས་སྟངས་དུ་འཆོ་བའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བྱུང་འཁོར་ཡུག་དང་རྩོན་དུ་ཚྭ་བྱས་བྱས་པའི་  
བརྒྱུད་རིམ་ནང་མྱོང་བ་གསོག་འཛོག་གིས་དར་འཕེལ་བྱས་སྤྱོད་སུ་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་མོད། ཤེ་བྲག་

---

གལ་ཏེ་གངས་ཤིག་མཚུངས་གངས་དང་མཚུངས་མིན་གངས་གང་རུང་མིན་ན་དེ་དག་ལ་འཆར་  
སྒྲུང་གངས་ཟེར། √- 3, དང་ √- 5 √- 12 མོགས་ནི་འཆར་སྒྲུང་གངས་ཡིན་མོ། །

པར་བྱལ་མཚན་ལགས་ནི། ད་ལྟ་བྱ་གར་ཉི་མ་ཅུ་མང་མང་སྤེའི་ནང་ཡོད་པའི་ཤིམ་ལུ་གཏན་སྤོབ་ཏུ་ཚན་  
རིག་དང་ཨང་ཅིས་ཀྱི་སྤོབ་དགའི་ཕྱག་ལས་གནང་བ་ཞིན་ཡོད།





༡༥ གངས་ཅིས་རིག་པ། གངས་ཅིས་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི་འགྲོ་བ་མི་ནམས་ཀྱིས་ཉིན་རེའི་  
འཆོ་བ་དངོས་ནང་ཉིན་གངས་དང་། ལོ་གངས། དུས་བཞི། ཉི་ཟླའི་བཤོད་པ། དངོས་པོའི་ཁ་གངས་  
བརྩི་བ་སྟེན་གངས་རྒྱུད་ཁོན་བརྩི་བའི་རིག་པ་ལ་བཟུངས་པ། རིག་པ་འདི་ནི་གཟུང་སྒྲུབ་ཀྱི་འཁོར་བཤོད་  
དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་འདུ་བཤོད་བརྩི་བ་སྟེན་གངས་ཅིས་རིག་པ་ཀུན་གྱི་ཅ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད། ད་ལྟོ་ཅིས་  
གངས་རིག་པའི་ནང་གངས་ཅིས་རིག་པའི་མཆོན་བྱ་ཡང་ཀའི་གཟུགས་བྱིས་པའི་སྟོལ་འདི་པོད་དུ་ཡིག་  
རིགས་མ་དར་བའི་བར། ས་དང་རྩོད་བརྩིག་དངོས་བཅས་ལ་ཐིག་དང་རི་མོ་འབྲི་བ་དང་། ཞིང་རྒྱུད་མ་  
དུམ་རེ་རེས་གངས་མཆོན་པ་ལས་ཡང་ན་ཞིང་ལ་འཕེལ་ཁ་བཏོན་པ། རྩོད་ཞིག་ཕྱིང་བ་བཟོ་བ་སྟེན་གངས་  
ཀྱི་རིག་པ་འདུ་མེན་ལ་ལྟོས་ནས་མཆོན་བྱར་ཐེད་སྟོད་པ་དང་། ལྟུངས་བཤོད་མཆོན་བྱ་དེ་རིགས་གཞི་  
རྩར་བྱས་པའི་སྤྱི་འབྲེལ་སྒྲུབ་བསྐྱར་བཤོས་ཀྱི་གངས་ཅིས་རིག་པའི་མང་གཞི་རྒྱུད་པོད། གཞན་ཡང་  
མིའི་ལུས་གནས། སྤྱི་གཙུག་དང་། དཔལ་སྟོན་ན་པ། ལྷ། ལ། མ་ལེ་བཅས་ཀྱི་དབྱིབས་ལ་ལྟོས་ཏེ་  
བདུན་གངས་བརྩི་བ་དང་། དེ་ལ་ལྟོས་ནས་རྒྱ་བ་དང་ལོ་བརྩི་བའི་གངས་ཅིས་དར་བར་མ་བཟང་ཡན་ལག་  
གྱི་ཆོག་སྟེན་བཅུ་གཉིས་ལ་དཔེ་ལྟོས་ཏེ་རྒྱ་བ་བཅུ་གཉིས་དང་། ཉི་མའི་ལྟོ་བྱུང་བཤོད་པ་གཉིས་དབྱིང་  
སྟོན་ཉིན་མཆོན་མཉམ་གཉིས་ཀྱི་གངས་དངོས་འཛིན་པའི་སྟོལ་དར།

གངས་ཅིས་རིག་པ་དར་འཕེལ་བཤོད་སྟོད་བྱུང་བ་དེས་མི་ནམས་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བ་དངོས་  
ནང་མཐུན་རྒྱུན་བཟང་པོ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད་ལ། རང་བྱུང་འཁོར་ཡུག་དང་སྤྱོད་དངོས་སྟེན་གངས་ལ་བརྟག་  
དཔུད་འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་པར་རིག་གསུམ་གལ་ཆེ་ཞིག་བརྟེན་ཡོད། ལྷག་པར་པོད་དུ་ཡིག་རིགས་  
དར་རྒྱས་དབྱ་མེད་ཀྱི་ཡེ་གཤེད་གཟུགས་ལས་གངས་གཟུགས་བརྟེན་ཡོད་པ་སྟེ། འ་དང་ཉ་ས་ད་ལ་  
ར་དུག་དང་བ་ཡིག་བཅས་པའི་དབྱ་མེད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་མི་འདྲ་བ་དུག་ལས་གངས་གཟུགས་བྱུང་  
བ། དཔེར་ན། འ་རྩུར་གྱུ་གཅིག་ཅེས་ཐོག་མའི་གངས་གཟུགས་ (༡) དང་། འ་ར་བཏགས་  
གཉིས། (༢) ཉ་ར་བཏགས་གསུམ། (༣) འ་ཡར་གྱུ་བཞི། (༤) ས་ར་མ་ཐུ་



བ་མཁའ་ཡི་ཉི་ཟླ་ག་ཟེལ་སྐར་ལ་བརྟག་པ་སོགས་ཀྱི་ཅིས་རིག་པའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྟན་ལ་འདི་  
ནི་སྤྱི་མའི་པོད་མི་རིགས་ཀྱིས་པོད་ཡུལ་གྱི་གནམ་གཤེས་ཆ་གྲང་གི་འགྲུར་བ་རྣམས་ས་དོའི་མཁའ་ལ་  
འཁོར་བའི་ཉི་ཟླ་ག་ཟེལ་སྐར་གྱི་བཀོད་པ་ལ་སྟོས་ནས་བརྟག་པ་བྱེད་པ་དང་། རང་བྱུང་ཁམས་སུ་  
འཆོ་བའི་བྱ་རིགས་སྣ་ཆོགས་དང་སྐྱེ་དངོས་ཅི་ཤིང་སོགས་ལ་སྟོས་ཏེ་དུས་དང་འཛིག་ཏེན་བཅི་བའི་  
ཅིས་རིག་པ་ཞིག་ཡིན། རིག་པ་འདི་ནི་པོད་ཀྱི་སྐར་ཅིས་རིག་པའི་མང་གཞི་ལྟ་བུ་དང་ཏེན་འབྲེལ་  
གྱི་གནད་སྟོན་པའི་ཐོག་མའི་ས་བོན་གྱི་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་པར་དོས་འཛིན་ཆོག།

བརྟག་ཐབས་རིག་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། གྲངས་ཅིས་རིག་པ་བཅད་སྤྲོད་ཀྱིས་ཉི་མའི་བཀོད་  
པ་དོགས་ཆེད། ཉི་དགས་བརྒྱབ་སྟེ་དོས་འཛིན་པ་དང་། དུས་དུས་སུ་སྒྲིགས་པའི་བྱ་རིགས་ཀྱི་སྐད་  
དང་བྱ་རིགས་དེ་དག་སྐྱུས་འདེབས་པ་སོགས་ཀྱི་སྣང་ཚུལ་ལ་དཔྱད་དེ་ཁིང་ལས་འདེབས་འཇུགས་  
དང་ཁིང་ཁུ་འབྲེན་པ། དཔེར་ན། བྱི་འུ་ཅོ་ཀས་སྐད་འབྲིན་པ་དང་པིང་ཀྱར་སྟེབས་པའི་དུས་ལ་བརྟག་  
སྟེ་སྤྱི་མའི་དེབས་སྤྱི་མ་ཟིན་ཞེས་ཁིང་སྤྱི་མ་རྣམས་འདེབས་རན་པར་བཅི་བ་དང་། བྱ་བྱད་སྐད་འདོན་  
དུས་ལ་དཔྱད་དེ་བར་འདེབས་སྤྱི་མ་བྱེད་པ། ཁུ་བྱག་སྟེབས་དུས་ལ་བརྟག་སྟེ་དབྱིད་ཀ་ཤར་བ་དང་།  
དེས་སྐད་ཆེར་འབྲིན་པར་བརྟག་སྟེ་ཆར་ཆེ་བབས་པའི་དུས་སུ་བཅི་བའོ། །གཞན་ཡང་མཁའ་ཡི་  
རྒྱ་སྐར་ལ་བརྟག་དཔྱད་ཀྱིས་རྒྱ་སྐར་ཉེར་བདུན་པའི་རེ་བའི་སྐར་དབྱིབས་དོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པར་  
མ་ཟད། དེ་སྟེང་ཉི་ཟླ་ཇི་ལྟར་འཁོར་ཚུལ་རགས་ཅིས་ཀྱིས་ཟླ་བའི་འཕེལ་འགྲིབ་དང་། ཉི་མའི་སྟོ་  
བྱང་གི་བཀོད་པ་ཅིས་ཡོད། དཔེར་ན། སྟོས་དུས་སྐར་མ་མགོ་ཡིས་ནམ་སྟེལ་དུས་ལ་བརྟག་སྟེ་རེ་  
དྲགས་ཇོན་པ་དང་། སྟོན་བྱག་ས་འོག་འགོ་དུས་ལ་བརྟག་སྟེ་སོན་ས་འོག་ལ་འདེབས་པ་སོགས་ཀྱི་  
ལས་བྱེད། སྐབས་འདིར་མི་རྣམས་ཀྱིས་མྱི་སྐར་ཁྱིམ་གོ་ལར་དཔྱད་ཞིབ་བྱེད་པའི་རྒྱུད་རིམ་ཐོག་  
མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཀྱང་རགས་ཅིས་ཀྱི་ལམ་ནས་འཕྲུགས་མེད་ཅིག་བྱུང་བཞི་དངོས་འབྲེལ་ངོ་མཆར་སྐྱེ་  
འོས་སུ་མཆིས། རིག་པ་འདིའི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་པོད་དུ་ཡིག་རིགས་མ་དར་བའི་བར་བརྟག་ཐབས་ཅིས་

རིག་པ་དང་གངས་ཚིས་རིག་པ་གང་ཡང་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་ལམ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ཏེ་བརྒྱུད་ཡོད་པས། འདི་  
ལ་ཕྱི་རབས་ནམས་ཀྱིས་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་པོ་མོ་ཚིས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ཡིག་རིགས་གསར་  
གཏོང་བྱུང་རྗེས་ཡིག་ཤེས་ཀྱི་ལམ་གངས་གཟུགས་བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་འདི་ཀྱན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་  
སུ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཀྱིས་ནམ་བཤད་འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱ་སྤྱོད་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་སོགས་ནི་པོ་དུ་སྤར་དར་  
བའི་ཚིས་རིག་པ་ཞིག་ཡིན་ལོ། །

### གཉིས། རྒྱ་ཚིས་རིག་པ།

རྒྱ་ཚིས་རིག་པ་ནི། སྤྱི་རབས་ཀྱི་རྒྱ་ཚིས་པོ་ཡུལ་ལས་དར་བའི་ཡོངས་གྲགས་འབྱུང་ཡུལ་  
ཚིས་རིག་པ་ཞེས་པ་དེ་དང་ཕྱིས་སུ་རྒྱ་མིང་ཚིས་གསར་ཀྱི་ཡུལ་དུ་དར་བའི་པོ་དེ་བརྒྱུད་བྱས་པའི་  
ཚིས་རིག་པ་ལ་བརྗོད། དེ་ཡང་འབྱུང་ཡུལ་ཚིས་རིག་པ་འབྱུར་སྤྱི་ཕྱི་དུས་དབང་གིས་གསར་རྒྱུ་  
གཉིས་སུ་དབྱེ་ཞིང་། འབྱུང་ཚུལ་ཐད་གདུལ་བྱའི་གང་ཟག་གི་མོས་པ་དང་། རྒྱ་པ་ཐད་པའི་  
དབང་གིས་ཐུན་མོང་ཐུན་མེན་གཉིས་སུ་འབྱུར་བ་ཞིབ་པ་ལུགས་འདིའི་ཚིས་རིག་གི་འབྱུང་ཚུལ་ལས་  
ཤེས་དགོས། སྤྱིར་འདི་ནང་བརྗོད་གཞིའི་ཚིས་ཀྱན་འབྱུང་བའི་བཤད་པ་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་རུང་།  
ཤེས་བྱའི་འབྱུང་བ་ནམས་ཡུལ་དེ་ཤེས་བྱའི་པ་ཆ་གཞིར་བྱས་པའི་ཐོག་ཕྱི་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་སོགས་དང་དེ་ལ་སྟོན་  
པའི་དུས་ཀྱི་རིགས། རང་སྤྱི་ཕྱི་ལུས་ཁམས་བཅས་པ་འབྱུང་ཡུལ་ཇི་ལྟར་བསྟུ་ཚུལ་གསལ་བར་  
སྟན་པའི་ཐོག་དེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་གཏན་འབེབས་ཀྱིས་དག་གོགས་ཚི་བའི་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་  
ཟག་གི་ཆེད་བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཚིས་བཅི་བཞི་འབྱུང་ཡུལ་ཚིས་རིག་པ་འདིར་ཐུན་པའི་དམིགས་བསལ་  
ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་ཤིག་ཡིན། ཚིས་རིག་འདིའི་ནང་ལོ་བརྟན་བརྒྱ་གཉིས་དང་། སྤར་ཁ་བརྒྱུད། སྤྱི་བ་  
དགུ་གཟའ་དགུ་དར་གུད་བརྒྱ་གཉིས། རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱུད་སོགས་ཕྱི་ནང་དོན་གྱི་མཚན་བྱ་ཇི་  
སྟེད་བརྟན་པ་དེ་དག་གི་འབྱུང་ཁམས་ཕྱི་ནང་འགལ་མེད་དུ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་དུས་ལ་འཁོར་ཚུལ་

དང་དག་གོགས་བཅི་ཐབས་ནམ་པར་བཞག་སྟེ། མཚན་བྱེད་གང་ཟག་གྱེ་བྲག་པའི་འབྲུངས་ཚིས་  
ཏེ་ཆེ་རབས་དང་། ཤོ་མོ་འཛིག་རྟེན་མཐུན་རྟེན་པས་གཉེན་སྦྱར། ལེ་རེའི་བཞགས་སེལ་ཀླག་བསྒྲིག་  
ཚིས། གཙུག་ལག་ཁང་དང་། ཁང་པའི་མང་འདིང་བ། ཞིང་ས་འདེབས་པ་སོགས་ས་དབྱུད་བཞག་  
པའི་ཚིས། གཞན་ཡང་འཛིག་རྟེན་འདི་ནས་པ་རོལ་འདས་པ་གསོན་གསེན་དབྱེ་བ་འབྲེད་པའི་ཚིས།  
དེ་བཞིན་གྱེ་བྲག་གི་སྒོར་འགོ་དང་གཤ་ཅེ་ཇི་སྟེད་པའི་ནམ་དབྱེ་བ་སྒྲན་ཡོད་དོ། །

### གསུམ། དཀར་ཚིས་རིག་པ།

དཀར་ཚིས་རིག་པ་ནི། འབྲུང་སའི་ཡུལ་ཀྱང་དཀར་བ་ཉིད་ལ་སྟོས་ཏེ་བཞགས་པའི་ཚིས་  
རིག་པའི་ཐ་སྟངས་ཅིག་ཡིན། འདི་ལ་དབྱེ་ན། དུས་འཁོར་ཚིས་རིག་དང་། དབྲུངས་འཆར་བའི་  
ཚིས་རིག་ནམ་པ་གཉིས་ཡོད།

༡༽ དུས་འཁོར་ཚིས་རིག་ནི་ད་ལྟོ་བོད་ཚིས་རིག་པའི་མ་ལག་ཅིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཕྱི་  
ནང་ཚིས་རིག་པ་ཡོད་དོ་ཅིག་གིས་ཁྲུངས་བཅོལ་ཆད་ཐུབ་ཏུ་ངོས་འཛིན་ཆོག་པའི་ཚིས་རིག་ཅིག་ཀྱང་  
ཡིན། འདི་ནི་སྟོན་པ་ཆད་མའི་སྟེས་བྱ་བཅོམ་ཞུན་ཤུག་ཐུབ་པ་དགྲང་གངས་གྲ་གཅིག་ཏུ་ཤེབས་པ་  
ཡེ་སྟོན་(ཡེ་ལོའི་སྟོན། ཕྱི་ལོའི་སྟོན་དང་དོན་གཅིག) ༡༡༡ ལོར་རྩ་བའི་རྒྱུད་ཅས་པ་འབྲས་  
བུའི་ཆོས་གསང་ཐུགས་སྒྲུབ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་ལེའུ་ཐུའི་བདག་ཉིད་ཅན་གསུངས་པ་དེ་ལས་ཐུང་པ་ཕྱི་འཛིག་  
རྟེན་ཁམས་ལེ་ལས་གཙོར་སྟོན་པའི་ནམ་མཁའི་གཟུང་སྐར་གྱི་བཟོད་པ་ཚིས་པའི་རིག་པ་ཡིན། རིག་  
པ་འདིའི་ནང་ཕྱི་ནང་སྟོན་བཅུད་ཀྱི་ན་འབྲུང་བཞིས་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་ཚུལ་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད་པར་མ་  
ཟད། ཕྱིའི་ཉི་མུ་གཟུང་སྐར་གྱི་བཟོད་པ་རགས་ཞིབ་ས་རིས་ཀྱི་ལམ་ནས་བཅི་ཐབས་ནམ་པར་  
བཞག་སྟེ་ཐ་བ་དེ་དག་གི་ཤན་གཞོད་དང་བྱུང་རིམ་བསྒྲན་ཡོད། དུས་འཁོར་ཚིས་རིག་བོད་དུ་  
དར་རྒྱས་སྤར་གྱི་བོད་ཚིས་རིག་པས་གཟུང་སྐར་གྱི་བཟོད་པ་ཚིས་པའི་རིག་པར་རྒྱབ་རྟེན་དང་



ཅིག་མཆིས་པ་དེ་དག་སོ་སོས་ལེ་རེའི་གཟུང་སྐར་གྱི་བཟོད་པར་བརྟེན་པའི་ཡུལ་གྱི་ཆར་ཞོད་སྐགས་འབྲུང་  
བཞིའི་ཕན་གཞོད་དང་། རྒྱལ་པོ་དང་ཡུལ་ལུང་སྐགས་ཀྱི་བཟོད་སྐགས་ལོངས་སྤོན་དཔག་ཅིས་བཡིན་ནོ། །

གསུམ། དཀར་ནག་དབྱངས་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བའི་བོད་ཅིས་རིག་པ།

ཅིས་རིག་སོ་སོའི་དོ་སྤྱོད་མདོར་བསྡུས་གོང་དུ་སྒྲུབ་ཟིན་ཏེ། འདིར་ཅིས་རིག་དེ་ཀྱན་བོད་  
དུ་དར་རྒྱས་དཀར་ནག་དབྱངས་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་བའི་བོད་ཅིས་རིག་པའི་སྐོར་  
མདོ་ཙམ་སྒྲུབ་ན།

དཀར་ནག་དབྱངས་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བའི་བོད་ཅིས་རིག་པ་ནི་སྐབས་  
སུ་དོ་སྤྱོད་བྱའི་བོད་ཅིས་རིག་པ་ཉིད་ཡིན་ཅིང་། འདི་ནང་ཕྱི་ཉི་ཟླ་གཟུང་སྐར་གྱི་བཟོད་པ་དང་། དེ་  
ལ་སྒྲིལ་བའི་དུས་བཞིའི་མདོན་ཚུལ་དང་གནམ་གཤིས་ཆ་གྲང་གི་འགྱུར་བ་བཅི་གཞིར་བྱས་ཐོག་དེ་  
འབྲེལ་ནང་བཅུད་འགྲོ་བའི་བཟོད་སྐགས་སྒྲུབ་དོར་གང་ཡང་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཕྱི་ནང་ཅིས་རིག་པ་ཞིག་  
ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པས་ཁ་བྱལ་དུ་མེད་པའི་གསོ་ཐབས་རིག་པའི་ཡ་གྲུལ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།  
རིག་པ་འདིའི་ནང་འབྲུང་བཞིའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་མཁའ་ཡི་ཉི་ཟླ་གཟུང་སྐར་བཙས་པའི་ཕྱི་སྟོན་གྱི་  
འཛིག་རྟེན་དང་ནང་སྒྲིལ་བའི་གཟུགས་ལུང་གཉིས་འབྲུང་བཞི་འབྲུང་ལྷས་ཇི་ལྟར་གྲུབ་ཚུལ་འགལ་  
མེད་གསལ་བར་བསྟན་པའི་ཐོག་ཕྱི་ནང་གཉིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་ལམ་ནས་སྤྱོད་དབྱགས་ཀྱི་ཆ་གས་  
དང་སྤྱོད་ཚུལ་གྱིས་དུས་དང་ཡུལ་གྱི་ལོངས་སྤོན་བཅི་གཞིར་བྱས་པའི་ཉི་ཟླའི་བཟོད་པ་དང་དེ་ལས་  
འབྲུང་བའི་དུས་ཀྱི་འཛིག་གྱུར་དང་ཕྱི་དུས་ལ་སྒྲིལ་བའི་ནང་གི་ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེའི་ཁམས་སྤྱོད་རགས་ཀྱི་འཕེལ་  
འགྲེལ་ཀྱང་ཞིབ་ཅིས་ལམ་ནས་བསྟན་ཡོད་དོ། །

རིག་པ་འདི་དག་གི་བསྡུ་ཚུལ་ལ། འདི་ཀྱན་ཕྱི་ནང་དག་པ་མཉམ་དུ་སྦྱོར་བའི་དུས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོའི་ཅིས་རིག་པའི་ནང་འདུ་ལ་སྟག་པར་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གཙོར་གྱུར་ཕྱི་ནང་རིག་གནས་ཀྱན་དང་





ང་ཚོས་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤང་འཛིན་དང་དར་སྤེལ་བྱེད་དགོས་  
ཐད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསེའི་བསམ་གཞིགས།

དོན་དབང་ཕུག

སྒྲུང་གཞི།

༡། ང་ཚོས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་སྤར་གསོ་དང་། བེས་རིག་འཕེལ་རྒྱས། ཡ་རབས་གོམས་  
སྦྱོང་མ་ཉམས་པ་བཅས་བྱེད་པའི་དམིགས་ཡུལ་ལྟེ་བ་ནི། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རང་དབང་ཐོབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་  
ཅིག་གི་འོག་ནས་མ་གཏོགས། གཞན་ཆ་རྒྱུན་གང་འདྲ་ཞིག་གིས་ཀྱང་དམིགས་ཡུལ་འདི་གསུམ་  
འགན་ལེན་ཐུབ་ཐབས་མེད་པ་གསལ་པོ་ཡིན་པས་ན། རྒྱལ་སྤྱིའི་གཞན་ནས་དེ་ལྟེ་ཆ་རྒྱུན་འགྲུབ་  
པའི་ཆེད་དེས་པར་དུ་ལག་བརྟུར་ཞུ་དགོས་པའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལག་བརྟུར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་  
ངོ་བོ་ཁོ་ནར་བཞག་ནས་དང་། ཡང་ན། ལག་བརྟུར་མགོ་འཇུགས་ཅམ་གྱི་མུར་ཅམ་འཛིན་བྱེད་  
ཐལ་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་མེན་གང་ལྟར། ད་དུང་ཡང་གཞིས་བྱེས་གཉིས་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེད་ལྟར་  
བསྐྱུན་ཐབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོབ་གསེའི་ཁ་ཕྱོགས་དེས་ཅན་ཞིག་མེད་པས་ཡིན་མེན་ལ་མ་རྟོགས་པར།  
འབད་སྒྲུབ་ཟིན་པའི་གྲུབ་འབྲས་དང་། བསྐྱུབ་བྱུང་རྣམས་ཀྱི་ཁུར་པོ་དེས་ད་དུང་ཡང་ང་ཚོར་  
རེ་བ་ཡང་དག་དང་འབྲེལ་བའི་འོད་སྟེ་ནས་འབྲེངས་རྒྱུར་དཀའ་ངལ་འཕར་མ་ཞིག་བཟོ་བཞིན་ཡོད།

སྒྲུབ་དོན་ང་ཚོའི་ཅ་དོན་འཐབ་ཅོད་དང་ལས་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་རྟོགས་ཤུགས་  
གཙོ་བོ་ནི། གཞིས་ལུས་ཀྱི་ཆེད་མི་མང་གི་སེམས་སྟོབས་ཁོ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པའི་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་  
རབ་དང་རིམ་པ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ནའང་། ཡང་སྤྱི་དང་ཆོས་གཞིས་ལུས་ཀྱི་ཆེད་མི་མང་ལ་བསམ་  
སློབ་དང་ལག་ལེན་གཉིས་ཐད་ཀྱི་སྟོབ་གསེའི་ཁ་སྒྲིགས་སྟོན་པའི་ཆོད་གཞི་དེ་ཅ་དོན་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་མངོན་  
འདོད་སྒྲུབ་པའི་གཞིགས་འདེགས་སྟོབས་ཤུགས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཁ་སྒྲིགས་ཅན་དུ་བསྐྱར་ཤུགས་དེ་  
ཙམ་འདད་ངེས་ཐུབ་པ་མེད་པའི་ཁར། དགོས་མེད་དུ་ཆོལ་ཁ་ནང་ཁྲལ་འཐེན་འཁྱར་བྱེད་རིགས་  
དང་། འཆོ་བ་ཆོས་སུ་སྒྲུབ་པ་དང་འདྲེ་བདུད་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་པས་མཚོན་པའི་ནད་ཟིང་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱངས་  
འབྲེལ་ཁྱ་བྱས། ཤེས་ཀྱི་བྱེད་འཛུལ་ནོར་འཁྲལ་ཅན་ཁག་ཅིག་བརྒྱུད་ལམ་འདྲ་མིན་བརྒྱུད། གཞིས་  
ལུས་ཀྱི་ཆེད་མི་མང་ནང་འབྲམས་ཐབས་བྱེད་རིགས་ལ་དེ་ཙམ་དོ་སྣང་བྱེད་ཤུགས་འདད་ངེས་མེད་  
པ་སོགས་ནི། སྟོབ་གསེའི་ཁ་སྒྲིགས་དང་ལག་ལེན་གཉིས་འགལ་འཛུལ་གྱིས་པ་ལས་འབྱུང་བཞིན་  
ཡོད་པ་འདི་བཞིན་གཙོ་གནད་དུ་བཟུང་ཁྲལ་གྱིས། རྒྱ་མིའི་དབང་བསྐྱར་འོག་ཡོད་པའི་ང་ཚོའི་སྤྱི་  
ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆའི་ཆེ་ཤོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོབས་ཤུགས་དང་། གལ་ཆེད་རང་བཞིན། མཉམ་  
འབྲེལ་བྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཙམ་གཙོ་འདོན་གྱིས་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་བཅན་ཤྲོལ་བའི་དཀྱིལ་  
འཁོར་རྒྱུ་དུ་འདྲིའི་ནང་དུ་འདྲ། བསམ་སྒྲིའི་གནས་ཆད་ཀྱིས་མ་འདད་པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་རང་  
གི་བསམ་སྦྱོང་གྱི་ཆབ་ཏུ་གཞན་གྱི་བསམ་སྦྱོང་དང་ལེན་བྱེད་རིགས་རྒྱུ་འབྱུང་བཞིན་པ་སོགས་ཤེས་  
ཡོན་སྟོབ་གསེའི་གཞིགས་དང་རང་རྒྱུགས་གཉིས་དབང་གིས་བྱུང་བའི་ནོར་འཁྲལ་དང་འབྲེལ་བསྐྱར་  
བཅས་དགོས་རིགས་མང་དག་ལ་གདོང་ལེན་ཞུ་སྒྲིགས་དང་བཅས་པའི་བཅན་ཤྲོལ་སྟོབ་གསེའི་ཁ་སྒྲིགས་  
སྤྱི་རྒྱུའི་ཆབ་ཏུ། ཤེས་འཁོར་པ་ང་ཚོས་གཞིས་ལུས་ཀྱི་ཆེད་མི་མང་གི་སེམས་སྟོབས་སྒྲན་མེད་པར་གོང་  
བཀྲར་དང་། མཉམ་འབྲེལ་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་བསྐྱར་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤྱང་འཛིན་དར་སྤེལ་བྱེད་སྒྲིགས་  
དང་འབྲེལ་བའི་སྟོབ་གསེའི་བསམ་གཞིགས་ལས་འབྲོས་པའི་རྩ་རྒྱུ་ཆོག་འགའ་ལྟ་འདོད་བྱུང་།

ବାଞ୍ଛା

གཞིས་ལུས་མི་མང་ནང་བཅན་ཤོལ་ཤོད་གཞུང་གི་ལངས་ཕྱོགས་དང་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་  
 དགོངས་གཞི་དུས་བརྒྱན་གསལ་རྟོག་གི་རྩོམ་གསལ་ཁ་ཕྱོགས་དེ་ཇི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།  
 ང་ཆོས་ཆེས་ཉེ་ས་ནས་མཐོང་ཐུབ་པ་སྟེ། གཞིས་བཞུགས་ཀྱི་ཆོལ་མི་མང་ནས་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ཡིད་  
 ཆེས་དང་གྲས་བཅི་ལྷ་ཡུལ་མཐོ་ཤོས་ནི། བཅན་ཤོལ་ཤོད་གཞུང་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་དང་ཡགོང་ས་  
 གསུམས་མགོན་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། མོ་རིམ་དེའི་ནང་རང་འགན་རང་གིས་འབྱེར་བའི་ཆབ་  
 སྲིད་འདྲ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ནས་དང་། རང་འགན་གཞན་ལ་སློབ་ཐོལ་གི་ཆོས་དད་འདྲ་ཤེས་ཀྱི་ཆ་བཅས་  
 ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ལམ་འདུས་ཡོད་ནའང་། ཤོད་བརྒྱན་སྲིད་ཀྱི་གནས་བབ་སོར་གནས་  
 ཡོང་རེའི་སེམས་ཤུགས་གཅིག་གུར་གི་ཆ་དེ་ནི། གཅིག་གུར་གི་མངོན་འདོད་གང་ཞིག་གི་གཞི་རྩ་  
 བསྐངས་པ་ཡིན་སྟབས། གཞི་རྩ་དེ་ནི་བཅན་ཤོལ་ཤོད་གཞུང་གི་དབུ་བྱེད་རྣམ་པས་གཙོས་པའི་བྲེས་  
 འཕྲོར་མི་དམངས་ནས་ཤོད་ནང་གི་མི་མང་ལ་དུས་སྐབས་དང་ལག་ལེན་གཉིས་ཐད་ནས་སློབ་གསལ་  
 ཁ་ཕྱོགས་རྟོག་པ་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྟོགས་ཤུགས་བརྒྱན་རྒྱས་མཆོན་པའི་ལས་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་  
 ཀྱི་རྩ་སློམ་མམ་རྟོགས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན།

ང་ཚོས་འདི་ལྟར་གསར་སྐྱབ་དང་ཐབས་འཛོལ་སོགས་དང་འབྲེལ་པའི་ངལ་འབྲད་ཅི་  
 ཡང་གཤགས་མི་དགོས་པར། མེད་ན་མི་རུང་གི་ད་ཡིད་ཅ་སྟོམ་འདི་བརྒྱད་པོད་མི་བཅན་ཤོལ་  
 པ་གང་ན་སུ་བཞུགས་ཆང་མས་གཞིས་བཞུགས་སྒྲ་དཔོན་མཐོ་གས་དང་གཞིན་རབས་ཤེས་ལྡན་  
 མི་སྤྱུ། གཞི་རིམ་དུ་གནས་པའི་མི་མང་དུ་ཀླས་མ་འདུས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྩིལ་པོར་མངོན་སྟོག་  
 བརྒྱད་གསུམ་ནས་མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་པའི་སྟོབ་གསའི་ཁ་སྟོབས་དང་ལམ་བུ་བཅའ་དྲེ། གཞི་  
 རིམ་དུ་གནས་པའི་མི་མང་དུ་ཀླས་མའི་རིགས་དེ་བཞིན་མཉམ་འབྲེལ་སྟོབས་ཤུགས་སྤེལ་ཡུལ་  
 རྩེ་བར་བརྒྱུད་བྱུང་ཆོ། རྒྱས་ལྡན་གྱི་སྟོན་སེམས་ཤུགས་སྤར་བྱུང་བ་ནས་ལས་དོན་མང་པོ་

ཞིག་ལ་ལམ་སྤོངས་དང་གྲུབ་འབྲས་ངེས་ཅན་གྱི་སློབས་ཤུགས་བསྐྱུན་ཐུབ་པ་ཡིན།

ང་ཚོར་ད་ཕན་གྱི་དུས་ཡུན་ནང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་སློབས་ཤུགས་མེད་པར་གྱུར་པ་མིན་མོད། འོན་ཀྱང་། སློབས་ཤུགས་དེ་བཞིན་སློབས་ཤུགས་སྤྱི་མཚུངས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ངེས་ཅན་རེའི་ངོ་བོ་ལས་གཞི་བྱ་དེ་ཙམ་ཆེ་བསྐྱེད་ཐུབ་མེད་སྟབས། ད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འབྲུང་ཐུས་ཀྱི་དགོས་མེད་ནང་ཟེང་མང་པོ་ཞིག་ལ་གོ་སྐབས་རང་བཞིན་གྱི་ལག་པ་བརྒྱུད་ཐུབ་པ་འབྲུང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཕྱོགས་མཚུངས་སེམས་སློབས་དང་ལྷག་བསམ་གྱིས་མ་འདང་བ་མེད་བཞིན་དུ་དང་། ཡང་ན། བསམ་བཞིན་དང་བསམ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་ཏུ། ང་ཚོས་རང་གི་མདོན་འདོད་སྒྲུབ་རིམ་ནང་ད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་དམིགས་འདུན་ལ་རམ་འདེགས་སུ་འགྲོ་ཉན་གྱི་ནོར་འབྲུལ་ཚུང་དུ་རེའང་བཟོས་མྱོང་ཡོད་པ་ཆང་མ་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་གོང་བུ་བསྐྱེལ་སྤངས་དང་སློབ་གསལ་ཅུ་འཛིན་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་མ་འགྲིག་པའི་ཆ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལས་སྤྱི་ཚུན་གཞན་ཞིག་ལ་ཁ་གཏོར་ས་ཅི་ཡང་མེད།

དེ་ཡང་འདས་པའི་དུས་ཡུན་ནང་གི་བྱས་ཉེས་དེ་དག་གི་རྗེས་འབྲེལ་གྱིས་ད་ལྟ་འང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ཆེ་པོས་ཀྱིས་ད་ཀྱི་པོ་བྱ་དམར་གྱི་བརྒྱས་བཅོས་གཟེད་དགོས་བྱུང་ནས་ཡོད་པ་འདི་བཞིན། ཆེས་ཉེ་ས་ནས་བརྒྱས་ན་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༣ ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༠ བར་གྱི་འགལ་འཛུལ་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། དུས་སྐབས་དེའི་ནང་ས་དགེ་བཀའ་འཛིན་པོན་དང་བཅས་པའི་གདན་ས་ཆེ་ཁག་གི་བྱུང་འབྲེལ་གྱིས་བོད་ཁམས་ཡོངས་རྫོགས་རང་བཞིན་གཅིག་གྱུར་དུ་གནས་པས་མ་གཏོགས་ཆབ་སྲིད་གནས་བབ་དང་བྲིམས་ལུགས་གནས་བབ་ཀྱི་ཆ་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ངོས་ལེན་ཡོད་པའི་རང་བཅན་དག་སྤྱི་ལོ་གོ་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་བཞིན་དུ་བཅོན་སྒྲུབ་མ་རྒྱས་པའི་ཉེར་ལེན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་འདས་དུས་ཀྱི་གྲོང་ཕམ་དང་། ད་ལྟོ་མུང་བཞིན་གྱི་གནས་སྤངས་ཉམས་མྱོང་དུ་ལེན་པའི་བརྒྱུད་དང་འབྲེལ། ད་ལྟོ་ལངས་ཕྱོགས་དང་། འཐབ་ཅོད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་ཚུན་ལ་དུས་བརྒྱུན་འགྱུར་བ་དགོས་རིགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཆ་ནས། ཆབ་སྲིད་དང་རིག་གཞུང་གི་

ཤེས་བྱའི་གོ་ཉོག་གས་གོང་མཐོར་སྤེལ་རྟེ། མདོ་དོན་གཞིས་ལུས་བོད་མི་ཚོར་ཡང་དག་སློབ་གསེའི་ཁ་  
ཕྱོགས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་སེམས་གྲགས་དང་རེ་བ་ཆེན་པོ་སྤར་ཐུབ་དགོས་ཀྱི་ནི། དེ་ཅག་བྱས་འཁོད་  
རང་དབང་ལུང་པར་སྡོད་མཁན་མི་རེ་ངོ་རེར་ལོས་དང་འགན་དུ་འབྲི་བའི་ལས་དོན་དང་། དེ་ཡང་།  
ནམ་ཞག་རྒྱུ་གྱི་བསམ་འཁྱེར་དང་ཡ་མ་བྲལ་བར་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་དང་ལངས་ཕྱོགས་ཡང་དག་  
གིས་འགན་བབ་འཁྱེར་རྒྱ་དེར་ཐུག་ཡོད།

ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། བོད་ནང་གི་མི་ཚོའི་བསམ་ཚུལ། དཀའ་ངལ། གནས་  
སྤངས། འཛིན་ཐང་བཅས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དེ་ལ་རན་པའི་སློབ་གསེའི་ཁ་ཕྱོགས་དང་ལམ་  
སྟོན་ངེས་པར་དུ་དགོས་ཤིང་། གང་ཞིག་དགོས་འདུན་དང་འཚམས་པའི་བཟང་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་  
ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་གྱི་འགྲུར་བ་ཕྱིན་མཆམས་དེར། མ་འོངས་པའི་བོད་གཞུང་ནས་མང་ཚོགས་ཀྱི་  
འཚོ་གནས་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཆོས་རིག་སྤྱིད་དང་བཅས་པའི་འགན་བབ་ངེ་འདྲ་ཞིག་ལེན་ཐུབ་མིན་སྐོར་  
ངེས་པར་གསལ་ལྟོན་དགོས་པ་སློབ་མེད་ཐོག་ རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་སློབ་སྦྱང་གོ་སྐབས་དང་ཐོགས་ཐོབ་  
ཚུན་སྤར་འབྲེལ། ལྐབས་འབྲེལ་དང་དགོས་དབང་གིས་རྒྱ་ནག་གཞུང་གི་དགོས་འདུན་དང་མཐུན་  
པའི་ལས་ཀ་ཕྱེད་བཞིན་པའི་བོད་མི་ལས་ཕྱེད་དང་། ལས་བཟོ་བ་དག་ལ་མ་འོངས་བདེན་མཐའ་གསལ་  
འབྲེལ་གྱི་ཐོབ་ཐང་གསལ་ལྟོན་ཐུབ་དགོས་པའང་གནད་དོན་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཡིན་ས་ཆགས་ཀྱི་མེད།

གང་གིས་ན། མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐབས་དེར་སེ་སེར་ཐོབ་དབང་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ངོས་འཛིན་  
ལུ་བཞིན་ཡོད། དེས་ན། ང་ཚོས་བསམ་ཚུལ་དེ་རིགས་འཁྱེར་ལུས་ཀྱི་བོད་མི་དག་ལ་ཁྲིམ་མཆོས་རྒྱ་  
གར་གཙོས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེ་ཕྱ་མང་པོས་རང་བཅན་འཐབ་ཚིད་ཀྱི་སེམས་གྲགས་མི་རབས་རིམ་བརྒྱུད་  
ཚུན་ལ་སྤེལ་བའི་སྤྱི་བབ་དང་། འཛམ་གླིང་ནང་གི་རང་བཅན་འཐབ་ཚིད་ལས་འགྲུལ་སྒྲ་ཚོགས་ལ་རྒྱལ་  
ཁ་ཐོབ་བྱིན་པའི་མི་དམངས་ཚོའི་སེམས་གྲགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་བྲེ་བྲག་གནས་བབ་དང་བཅས་གསལ་  
ལྟོན་གནང་སྟེ། ཡང་སྤྱིར་གཞིས་བཞུགས་བོད་མིའི་ནང་ཡགོང་ས་མཚོག་བཞུགས་རྒྱུ་རིང་ལས། དེ་

མིན་དགོས་འདུན་མཛོད་འགྱུར་གྱི་རེ་བ་མེད་པར་ལྟ་རྒྱུ་ལྟར་ (བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་མིའི་མཐོང་མཐོང་མི་སྤྱི་ཅན་དུ་འདྲ་  
ལྟ་ཆུ་ལ་འདྲི་ཡོད་པ་ཡིན། དེས་ན་བཅན་ཕྱོད་པོ་ནང་ཡོད་པའི་ལྟ་ཆུ་ལ་འདྲི་རྒྱུ་ལྟར་གཙང་བཟོ་གཙོ་རྒྱུ་དགོས་པའང་སྐབས་  
དོན་སློབ་གསལ་ཁ་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།) ཉམས་སྒྲིལ་དང་དང་ལག་ལེན་གཉིས་ཐད་ནས་ངོ་སྤྲོད་  
གཙང་བཟོ་ཐུབ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་དེ་ཡོད་སེམས་ཤུགས་གོང་མཐོར་སྒྲེལ་བར་འགན་ལེན་དང་  
མཛོད་འདོད་ཆེད་སྒྲིབས་ཤུགས་དམིགས་བསལ་འབྲེལ་བར་གྲོགས་དན་ཐུབ་པའང་ཡིན་པར་འདོད།

### གཉིས་པ།

བཅན་ཕྱོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་སྒྲུབ་སྤྱི་བབ་གཞིས་ལུས་མི་མང་གིས་མིག་དཔེར་སྤྱོད་

ཆོག་ཏུ་འགྱུར་ཐབས་བྱེད་པའི་སློབ་གསལ་ཁ་ཕྱོགས་དེ་རིམ་འདྲི་ཞིག་དགོས་སམ།

བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་གཞུང་གི་ཁྲུབ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་དགོན་སྡེ་ཆེ་ཆུང་དང་། གཞིས་གོང་ཆེ་ཆུང་།

སློབ་གྲྭ་ཆེ་ཆུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་ཡིན་མིན་གྱི་ཚོགས་སྡེ་ཆེ་ཆུང་བཅས་ཀྱི་དབུ་བྱོལ་གྱིས་གཙོས་པའི་ངོ་སྤྲོད་  
ཅག་མི་དམངས་ནམ་པས། རང་དོན་རང་གཅེས་དང་སྒྲུབ་དོར་སྤྱི་འབད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཆེ་བཞེས་དང་  
བཅས་ཏེ། འགྲོ་བའི་རིགས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཐོབ་ཐང་ཆ་ཆེད་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་མུས་བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་མིའི་འཆོ་  
གནས་དང་། ཆོས་རིག་ཆབ་སྲིད་གནས་བབ་དང་བཅས་པའི་ཆད་གཞི་གང་ཞིག་ཀྱུ་སྤྱི་འཆད་གཞི་  
ཅན་དུ་དང་། ཀྱུ་སྤྱི་འཆད་གཞི་འཛུགས་གྲུ་ལ་སྒྲེབས་པའི་བཅན་ཕྱོད་པོ་དེ་མིའི་གནས་སྒྲུབ་དེས།  
གཞིས་ལུས་པོ་དེ་མིས་གཙོས་པའི་པོ་དེ་མི་ཡོངས་རྒྱུ་ལྟར་ཀྱི་རེ་འདུན་དང་དགོས་མཐོའི་འགན་ལེན་ཐུབ་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་སྒྲིལ་རིམ་ཐད་ཀྱི་དུས་འཕེལ་ཆུང་རིགས་ཏེ། པོ་དོན་རྩ་དྲག་ཡིན་པའི་ཆོར་སེམས་རྩ་  
ཆུང་དང་ལལ་ཤེན་འདི་རིགས་ལ་དམིགས་བསལ་དོ་སྒྲུབ་གཙོས་བཅན་ཕྱོད་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཡོང་མུས་ཀྱི་  
ཆོས་ཁའི་འཐུན་འབྱེད་དང་། ཐུབ་མཐའ་ནང་ཁྲུབ་ཀྱི་འགལ་ལྷན་ཆུང་རིགས། གཞན་ཡང་འདྲེ་བདུད་  
ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་བེད་སྤྱོད་ཀྱིས་མཚོན་པའི་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ནང་བེད་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཞིས་བཞུགས་མི་

མང་ལ་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་སྒྲིལ་མ་ཡིང་གི་ཡོད་པ་དེ་རིགས་གཏན་འགོག་དང་ཕམ་པར་བརྒྱབ་  
སྟེ། སྤྱད་ཕྱིན་མི་འབྱུང་བའི་འགན་ལེན་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོབ་གསོ་སྤྱད་ཐུབ་དགོས་ཤིང་། ངལ་འཕྲད་དེ་  
རིགས་སེལ་བར་བཅན་ཤྱོད་བོད་མིའི་ནང་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་པོའི་བདེ་ལྡན་གནས་སྤངས་ལ་སེམས་ཁུར་བྱེད་  
པའི་འདུ་ཤེས་རྒྱ་ལོ་ཆབ་སྲིད་བསམ་སྒྲིལ་གནས་བབ་དང་བོད་དོན་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོའི་གོ་ཏོགས་  
གོང་སྤྱད་ཀྱི་ལས་རིམ་ནང་། རྒྱ་ནག་གཞུང་གིས་འདས་པ་དང་། ད་ལྟའི་དུས་ནང་འདྲ་བའི་ནང་གཏོར་  
བཅོམ། དམར་གསོད། རྒྱ་དེག་མཉམ་གཏོད་སྐྱོད་སྤྱད་བཞིན་གྱི་བརྒྱུས་བཅོས་རིགས་དང་འབྲེལ་  
བའི་གནད་དོན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དངོས་གནས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཞི་བའི་བཅེངས་འགྲོལ་དང་སྐབས་བརྒྱུན་  
སྒྲོབ་གསོའི་ལས་འགུལ། རྒྱལ་ཁབ་བརྟན་སྡོད་སྐྱོད་སྤྱད་ཀྱི་མིང་ཚིག་གིས་བརྒྱུམས་ཏེ་ནག་བསུབ་གཏོར་  
ཐབས་བྱས་ཟིན་བྱེད་མུས་འདི་རིགས་དམར་པོའི་ལྟ་གྲུབ་རང་གི་སྤྱིང་ནས་གཞི་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་  
པ་དེས་བོད་མི་རིགས་རིག་གཞུང་དང་བཅས་པར་གྲོང་ཕམ་ཅི་སྤྱད་སྒྲོར་བཅན་ཤྱོད་བོད་པ་མི་རེ་ངོ་  
རེ་ནས་ཤེས་ཏོགས་ཐབས་བཅོན་ངེས་ཅན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། བོད་ནང་གི་ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་ལ་གཏོར་  
ལེན་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དངོས་ཀྱི་ནང་རང་རེས་ཀྱང་བདེན། འཆོ་མེད་ཞི་བ། ཡང་དག་  
པའི་མང་གཅོད་བཅས་བོད་གཞུང་གི་གཞི་རིམ་ལྟ་གྲུབ་གསུམ་གཞིར་བཞག་གིས་གཏོར་ལེན་དང་། རྒྱས་  
སྒྲོབ་དེ་ཡང་བྱེས་ནས་གཞིས་སུ་མིག་དཔེ་དང་བཅས་སྤྱད་ཐུབ་ཆོ། མཐུན་ལམ་དོག་ཅ་གཅིག་སྒྲིལ་  
གྱི་རྒྱས་པ་དེས་གཞིས་བཞགས་བོད་མི་དག་གིས་ཡིད་ཆེས་གུས་བཅེ་བྱེད་རིགས་ཆ་ཆང་རང་དོན་རང་  
སྤྱོད་སྟེ། ཆབ་སྲིད་གོ་ཏོགས་དང་འབྲེལ་བའི་སེམས་བྱགས་འཕར་མ་ཞིག་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་དང་མཐོར་  
འདེགས་ཐུབ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ནི་ང་ཚོར་ངེས་པར་དགོས་ཤིང་ང་ཚོས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་འབྲེལ་ས་ནས་ཡར་  
ལངས་ཐབས་ཀྱི་རེ་བ་བྱས་ཆོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་གཉེར་བས་ང་ཚོས་འཆོ་མེད་ཞི་བ་དང་། བྱང་  
བདེན་འཐབ་ཅོད་གཞི་ལ་བཞག་པའི་བཅན་ཤྱོད་བོད་གཞུང་གི་ལངས་སྤྱོད་དང་ལྟུབས་མགོན་

རིན་པོ་ཆའི་གཉིས་པན་དགོངས་བཞེད་དང་མཐུན་པའི་ཅ་དོན་འཐབ་ཅོད་དང་ཆིག་སྒྲིལ་ནུས་སྟོབས་  
གོང་སྤེལ་བྱས་པར་རེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད།

### གསུམ་པ།

གཞིས་ཁྲིས་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་སྤར་ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟོབ་གསའི་ཁ་ཕྱོགས་  
དེ་འི་འདྲ་ཞིག་དགོས་སམ།

བཅོན་གཞིན་དང་འཇིགས་སྐྱུ་འོག་གནས་པའི་གཞིས་ཟློན་པོད་མིར་མཆོན་ན། འཆོ་གནས་ཐད་ཁོར་  
ཡུག་གི་བཀག་ཀྱ་དང་། བསམ་སྒྲིའི་ཐད་ཆབ་སྲིད་ཏུ་གྱུབ་(དམར་པོའི་རྩ་གྱུབ།) གྱི་བཀག་ཀྱ་ཚུན་ཡོད་རྟེན་སྟེ།  
གནས་སྤངས་དེའི་འོག་སྒྲིན་དང་མ་སྒྲིན་པའི་སེམས་པ་མང་པོ་ཞིག་འཆོ་གནས་དང་ཁོར་ཡུག་གི་བཀག་  
ཀྱ་ཚུན་གྱི་ཤུགས་རྒྱུན་འོག་ཉམས་དམས་སུ་འགོ་བཞེན་པའི་ཕྱོགས་དེ་ནི། ང་ཆོས་དུས་ནམ་ཡང་མཉམས་  
གོང་སྤེལ་ཡོང་བར་འགན་ལེན་གྱི་སྟོབ་གསའི་དམིགས་ཡུལ་དང་པོ་འམ་རྩེ་བ་ཡིན་ནའང་། གཞིས་ཟློན་  
པོད་མཆོར་རྒྱུན་ལྷན་རང་བཞིན་གྱི་སྐབས་བརྒྱུན་གོ་སྐབས་དང་ལམ་རྟོན་སྟེ་ཁྲིད་མ་ཐོབ་པའི་དབང་གིས་  
ཀྱང་སྤྱི་སེམས་དང་ཡ་རབས་སྟོད་བཟང་ཉམས་དམས་འགོ་རྩུས་གྱི་དཀའ་ངལ་ཞིག་གིས་ཀྱང་གཙུན་བཞིན་  
ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན། པོད་ཕྱི་ནང་དབར་གྱི་གཉེན་འཕྲད་ལམ་བུ་འདི་དང་། གསར་དུ་སྟོབས་  
བཞིན་གྱི་གཞིན་སྐྱུས་སྟོབ་གཉེར་བ་(མང་ཆེ་བ་བཅོན་བྱེད་ནང་སྟོབ་སྟོང་བྱས་བྱུབ་བརྒྱན་པོད་ནང་ལོག་གི་ཡོད་རྟེན་བས་  
གལ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།) དག་བརྒྱད་ནས་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་བྱུང་དགོས་ཀྱི་ཡང་། འདས་པའི་དུས་  
ཡུན་ནང་ཕྱོགས་དེ་དེ་ཅམ་གྱིས་བཙོན་སྐྱུབ་མ་ནུས་པའི་མངོན་ཏུགས་ཆེ་ཤོས་ནི། གཞིས་ཟློན་པོད་མི་དག་  
གི་ན་ལམ་དུ་རྒྱ་གར་ནང་ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གཞན་བརྟུ་ས་མི་འདུག་ཅེས་པ་ཞིག་བྱུང་བཞིན་པ་དེ་  
ཡིན། དེས་ན་བཅོན་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་དམངས་སྤྱི་མཐུན་གྱིས་ལམ་བུ་འདིར་དོ་སྤང་དང་བཅས་ཏེ། པོད་  
ནས་བཅོན་བྱེད་སྤྱི་ཆོག་ནང་སྟོབས་རིགས་ལས་གཞིས་ཟློན་པོད་མིའི་གནས་སྤངས་ཤེས་རྟོགས་དང་།



བོད་ནང་ཕྱིར་ལོག་ཤེད་མཁམ་(གཉེན་འཕྲད་ཀྱིས་དང་། སློབ་གཉེར་གྲུབ་ནས་)རིགས་ལ་བཅན་ཤིང་།  
བོད་མིའི་གནས་སྡངས་སྐོར་དུས་བརྒྱུན་གོ་བསྐྱོན་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱང་འཕྲིན་ཁག་གིས་གཙོས་པའི་  
གསར་འགྱུར་བརྒྱུད་ལམ་ནས་ཐད་ཀར་བོད་ནང་གི་བོད་མི་ཚོར་ཅ་དོན་འཐབ་ཤིགས་དང་། ལྷན་གྱི་  
བསམ་སྒྲིལ་ཁ་ཕྱོགས། མ་འོངས་པའི་ཆེད་དུ་ཁྱེད་ལོས་འགན་སྐྱེས་སྐབས་འཕྲུལ་སློབ་གསོའི་ཁ་ཕྱོགས་  
གསལ་རྟོག་དགོས་པ་སློབ་མེད་ཁར། བཅན་ཤིང་ནང་བཞུགས་སྤྱི་ལ་དགེ་བཤེས་རེ་བྱུང་གིས་དཔལ་  
འབྱོར་མཁོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་ལྟ་བུས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ནང་འགྲུལ་བཞུད་གཏན་ཟིན་གནང་མཁས་རིགས་དང་། དེ་  
བས་ཀྱང་བཅན་ཤིང་བོད་མིའི་དབྱིངས་ཁག་ཅིག་ནས་རང་ཉིད་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱི་མི་སེར་བཟོ་ཐབས་  
དང་འབྲེལ་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་ལུང་ནང་གཏན་ཟིན་ཤེད་རིགས་ཀྱི་དུས་ཁ་ཕྱོགས་འདི་བཞིན། བོད་ནང་དང་  
བོད་ནང་གི་མི་མང་ལ་ཆོས་སྤྱད་གཉིས་ཐད་ནས་ལམ་རྟོག་སྟེ་ཤིང་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་ཅན་དུ་བརྒྱུར་རྒྱུ་དང་སྐབས་  
བབ་སློབ་གསོའི་ལས་འགན་དུ་བཟུང་ཐུབ་དགོས་པར་མཛོད་ཞིང་། དེ་ལྟར་གནང་ཐུབ་ཆེད་ཆོས་དཔྱད་  
ཀྱི་གཞིས་ཤུས་རྟོགས་ཤུགས་འདི་བཞིན། དུས་ཡུན་ངེས་ཅན་ནང་ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་དང་། ངེས་ཅན་  
གྱི་ཆད་གཞི་དེ་བཞིན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཆད་གཞིའི་མདུན་གྲལ་དུ་སླེབས་ཐུབ་པ་འདྲ་ཡིན།

ང་ཆོས་དུ་ཁྱེད་དང་འབྲེལ་པའི་མ་འོངས་པའི་མདུན་རྒྱུངས་ཀྱིས་ང་ཆོར་འདི་ལྟ་བུའི་སློབ་གསོའི་  
ཁ་ཕྱོགས་ཁྱིམ་དགོས་པའི་བླ་སྤྱི་ལ་གཏོང་བཞིན་ཡོད། འདི་ལྟར་ང་ཆོས་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་བདག་དབང་རང་ལག་དུ་ལེན་དགོས། ང་ཆོས་འདི་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་པོ་མ་བཟོག་པ་ཤེད་དགོས་  
ཐད་ཀྱི་སློབ་གསོའི་ཁ་ཕྱོགས་ཁྱིམ་བཟུང་ནས་མདུན་དུ་བརྒྱུད་ཐུབ་དགོས། འདི་ལྟར་དོག་ཅ་གཅིག་  
སྤྱི་ལ་དང་གོ་མ་ཤུགས་གཅིག་གྱུར་གྱིས་མདུན་ནས་མདུན་དུ་བརྒྱུད་ཐུབ་ཆོ། གཞི་ནས་ང་ཆོས་ཀྱི་  
གསོན་འབུམ་ཐུག་གི་རེ་འདུན་མཛོད་འགྱུར་ཐུབ་པ་འདྲ་ཡིན་པར་སྙམ་མོ། བོད་རྒྱལ་ལོ། །

དེ་རྗེ་དབང་ཕུག་ལགས་ནི། ད་ལྟ་ནིར་སྤྱིང་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཅེས་སྤྱོད་ཁང་གི་ནོར་མཛོད་དང་། ནོར་འོད་  
ནོར་མེ་སོགས་སྤྱི་ལ་འཕྲིན་དང་དུས་དེབ་ཁག་གི་སྤྱི་བྱུང་ཚོམ་སྤྱི་གཤམ་གནང་ལུས་རེད།

## ཁྱུ་དག་དང་བྱུགས་ཡིག་འབྲི་སྤངས།

ན་ག་སངས་ཀྱིས་བརྟན་དར།

༥ ཁྱུ་དག་གི་ལས་ཀ་དེ་ནི་བརྟན་བཅོས་ནམས་ཀྱི་ཚོག་དོན་ལ་སྦྱོན་མ་ཞུགས་པ་དང་ལྷག་ཆད་  
ནོར་གསུམ་གྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་གི་ཆར་ཁྱུ་དག་གི་སྐབས་  
ཚོག་དོན་དང་། ལྷག་ཆད་ནོར་གསུམ་གྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བ་ཙམ་གྱིས་ཚོག་པ་མིན་པར། ད་དུང་དེར་གི་  
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཉེར་སྦྱོད་དང་ཡོངས་སུ་གྲགས་མ་གྲགས་དང་། བཀོད་ལེགས་ཡོད་མིན་བཅས་ལ་ཡང་  
ངས་པར་དུ་མཛོལ་སམ་གཤོར་དགོས་པ་ཆགས་ཡོད། ཁྱུ་དག་གིས་པར་བྱེད་འདོད་ན་ནང་དོན་ཁྱུ་དག་  
པ་དང་སྐད་ཡིག་ཁྱུ་དག་པ་གཉིས་འཇགས་སུ་བྱེད་གོས་པར་མ་ཟད་ཁྱུ་དག་གྲུང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཞིག་  
དགོས། ལྷག་ཆད་གྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བ་ལ་རབ་བྱུང་ན་མི་གཅིག་གིས་སྤྲོ་གདངས་དང་བཅས་ཏེ་དག་འདོན་  
དགོས་པ་དང་། འཁྲིག་པ་དེ་ཡིས་དེ་དང་ཆབས་ཅིག་བཅོས་དགོས་པ་ཡིན། ལྷག་པ་རེ་སྟན་སུམ་ལ་  
ལུས་དུ་བྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་གཞུང་ག་གེ་མེད་ནང་དོན་ལ་ཕྱོངས་ཏེ་ནོར་བ་ཡོང་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོངས་  
ཤིང་། འཁྲིགས་མཚུངས་གཞུང་ག་གེ་མེད་ནང་དོན་ལ་ལུས་དུ་བྱིན་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་སྟན་སུམ་གྱི་ནམ་  
གཞག་ལྷ་མོ་ལ་ཕྱོངས་ཏེ་ནོར་བ་ཡོངས་པ་ཡང་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད།

ནང་དོན་ཁྱུ་དག་པ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི་རིག་གནས་བྱེ་བྲག་པ་དཔེར་ན། ནང་དོན་རིག་  
པ་དང་གསོ་བ་རིག་པ། ལོ་རྒྱུས་རིག་པ། དེ་བཞིན་སྐར་ཅིས་རིག་པ་སོགས་ཀྱི་གསུང་རབ་དཔར་



ཞིག་ཐ་སྟད་དེ་བཅད་སྟོང་དུ་ཞུགས་པ་བཅས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་བ་ཞིག་ཆགས་པ་དགོས། དེ་  
 དག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་བ་ཞིག་མ་ཆགས་ན་རང་ངོས་ནས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམས་པ་འགྲིགས་ཡོད་  
 སྟམ་ཡང་དོན་དུ་མ་འགྲིགས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་འོང་གི་ཡོད། སྤྱི་བཤད་དང་སྤྱི་འདུག་གི་གོ་དོན་ཕྱིན་  
 ཅིག་མ་ལོག་པ་མ་བྱུང་ན་ན་ཆུང་ཞེས་པ་བྱུ་ལོ་གཞིན་ལ་ཡང་འདུག་པར་སེམས་པ་དང་། རྒྱ་སྤྱི་  
 ཞེས་པ་ཉི་ལ་ཡང་གོ་བར་སེམས་པ་དང་། སྤྱི་བས་འགྲོ་ཞེས་པ་དུད་འགྲོ་ལ་ཡང་ཡོད་པར་སེམས་  
 པ་དེ་འདྲ་འོང་གི་ཡོད། སྤྱི་བཤད་དང་སྤྱི་འདུག་གི་ཁྱད་པར་ཡག་པོ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ན་བྱུ་ལོ་ན་ཆུང་  
 བ་ལ་ན་ཆུང་གི་ཐ་སྟད་མི་འདུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཉི་དང་དུད་འགྲོ་ལ་ཡང་རིམ་བཞིན་རྒྱ་སྤྱི་དང་  
 སྤྱི་བས་འགྲོ་ཡོད་པའི་ཐ་སྟད་མི་འདུག་གསལ་པོར་འགྱུར་བ་ཡིན། དཔེར་ན་ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་གིས་ན་  
 ཆུང་མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་བས་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ན་ཉན་པ་པོའི་སྒྲིང་ར་ངང་ངམ་གྲགས་ཀྱིས་བྱུ་ལོ་གཞིན་  
 གཞིན་མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་བས་འདུག་ཅེས་གོ་བ་ལས་དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་བྱུ་གཞིན་གཞིན་མང་པོ་ཞིག་སྤྱི་བས་  
 འདུག་ཅེས་པ་ནམ་ཡང་མི་གོ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། ན་ཆུང་གི་སྤྱི་བཤད་བྱུ་ལོ་མོ་གཉིས་ཀར་ཡོད་དུ་  
 རྒྱ་སྤྱི་ལྟར་སྤྱི་འདུག་ནི་བྱུ་ལོ་ཁོ་ནར་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་རྒྱ་སྤྱི་སྤྱི་བཤད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཉི་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ལས་སྤྱི་ཆད་ལ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་འདུག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་མེ་ཏོག་ཁོ་ན་ལས་གཞན་ལ་  
 མི་འདུག་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ཁྱེད་དག་གི་སྤྱི་བས་སུ་ཐ་སྟད་གང་ཞིག་གི་དུས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་ཤེས་དགོས་པ་ཡང་  
 གལ་ཆེན་ཡིན། དཔེར་ན། དམངས་གཙོ་དང་མང་གཙོ་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན་ཐ་སྟད་རང་གི་ངོས་ནས་  
 བསམ་སྟོབ་ཏང་བ་ཡིན་ན་དམངས་གཙོ་དང་མང་གཙོ་གཉིས་ཀར་མི་འཐད་པ་མིན་ཡང་བཅན་ཤོལ་  
 བོད་གཞུང་གིས་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༡ ལོར་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆར་མང་གཙོ་ཞེས་པའི་དག་ཆ་གོལ་  
 རྒྱུར་ཐག་གཅོད་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་གཞུང་འབྲེལ་ཡིག་ཆ་ཆང་མར་མང་གཙོ་ཞེས་འབྲེལ་དགོས་པ་དེ་  
 དུས་རབས་ཉི་ཤུའི་ནང་བྱུང་བའི་སྐད་གསར་བཅད་ལྟ་བུ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེ་རྗེས་ཀྱི་གཞུང་འབྲེལ་

ཡིག་ཆ་ན་མས་སུ་དམངས་གཙོ་ཞེས་བྲིས་པ་ཡིན་ན་མི་འཐད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་རྫོན་གྱི་ཡིག་ཆ་  
ན་མས་གལ་ཏེ་བསྐྱར་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་བྱུང་ཆོད་མངས་གཙོ་དེ་མང་གཙོའི་དག་ཆར་བཅོས་པ་ཡིན་  
ན་དེ་ཡང་མི་འཐད་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་མཛད་པ་པོ་དང་མཛད་པ་པོ་ཡང་དེ་བཞིན་ཡིན། མཁས་  
དབང་དམུ་དགོས་རང་གི་བསྟན་བཅོས་སུ་མཛད་པ་པོ་ཞེས་བྲིས་ན་མི་འཐད་པ་ཡིན་ཡང་རྫོན་གྱི་བསྟན་  
བཅོས་གང་ཞིག་ཏུ་མཛད་པ་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་མཛད་པ་པོར་བཅོས་ན་སྤྱོད་དུ་བཅུ་བ་ཡིན།

ཞུ་དག་གི་སྐབས་སུ་ཞུ་སྤྱི་གཤམ་ཚུལ་པ་པོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཡང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཞུ་སྤྱི་  
པར་ཚུལ་པ་པོ་གང་ཞིག་གི་བཅུམས་ཆོས་སུ་དམིགས་བསལ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རྒྱུས་ཡོད་མིན་ཆོ་སྐབས་  
རེ་དག་འདྲ་ལ་འཕྲད་སྲིད། དཔེར་ན། ཆོགས་ཤུལ་ཐ་མོར་བུ་བསྟན་འཛིན་གྱི་བཅུམས་ཆོས་སུ་  
བདེ་གཤེགས་དང་ལེགས་བཤད་ཅེས་པའི་དག་ཆར་བདེ་གཤེགས་ལེག་བཤད་ཅེས་བྲིས་སྐབས་ཞུ་སྤྱི་  
པས་ས་མེད་ཀྱི་བདེ་གཤེགས་དེ་བདེ་གཤེགས་ས་ཅན་དང་ལེག་བཤད་དེ་ལེགས་བཤད་ས་ཅན་དུ་བཅོས་  
ན་མི་འཐད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཤད་གྲག་ནང་དུ་ལེགས་བཤད་ཅེས་བཅོས་ན་མི་འཐད་པ་མེད། དཔེར་  
ན་ལེག་(ལེགས་)བཤད་ཆ་བུ་འོ།

དེ་བཞིན་ར་ཀམ་ར་བཀྲས་མཐོང་གི་བཅུམས་ཆོས་སུ་ལས་ཀ་བྱེད་བགྱི་ཡོད་ཅེས་པ་དེར་དག་  
བཅོས་ཡིན་ཁྲུལ་གྱིས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་བཅོས་ན་མི་འཐད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གོང་མཚུངས་  
ཤད་གྲག་ནང་བཅོས་ན་དམིགས་བསལ་ཡིན། དཔེར་ན། ལས་ཀ་བྱེད་བགྱི་(ཀྱི་)ཡོད་ཆ་བུ་འོ།

དེང་ཚུལ་པ་པོ་གྲགས་ཆེན་གྲགས་ཆུང་དུ་མས་ཁོ་བོ་དང་ཁོ་མོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དེར་མནོ་  
བསམ་ཡེ་ནས་མ་བཏང་སྟེ་གྱུ་ཆོམ་གྱིས་ཁོ་བོ་དང་ཁོ་པ་དོན་གཅིག་ཏུ་བསམས་ཏེ་རང་གི་བཅུམས་ཆོས་  
སུ་དེ་ཉིད་ཁོ་པ་དང་དོན་གཅིག་ཏུ་བཤད་སྟོང་བྲས་པ་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ནི་ཁོན་ཏུ་མི་འཐད་  
པ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཁོ་བོ་དང་ཁོ་མོ་ནི་ང་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། སྤྱི་པ་ཞིག་གིས་ང་ཞེས་བཤོད་དགོས་  
ན་ཡིག་སྐད་དུ་ཁོ་བོ་དང་བྱུང་མེད་ཅིག་གིས་ང་ཞེས་བཤོད་དགོས་ན་ཡིག་སྐད་དུ་ཁོ་མོ་ཞེས་འབྲི་བ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་ནམ་ཡང་ཞེས་པ་དྲག་ཏུ་ཡི་དོན་དུ་འབྲི་བ་མཐོང་ཞིང་དེ་ཉིད་མི་འཐད། དཔེར་ན་རྒྱ་གར་ནི་བོད་ལ་ནམ་ཡང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ནི་ཆོག་སྟེར་མི་ལེགས་ཤིང་། དེའི་གོ་སར་རྒྱ་གར་ནི་བོད་ལ་དྲག་ཏུ་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་བཅོས་དགོས། ལར་ནས་ནམ་ཡང་ཞེས་པ་འདི་ཡལ་ཆེ་བར་དགག་སྐྱས་དང་ས་དགོས་པའི་ཕྱད་ཅིག་ཡིན། དཔེར་ན། གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ནམ་ཡང་མི་འོང་ལྟ་བུའོ། །འོན་ཀྱང་བྱུང་བ་ནི་མེད་དེ་གར་གངས་རི་མ་ལས། དྲིན་རྩི་བཞིན་འཁྲུང་བར་མ་རྒྱས་ཀྱང་། །སེམས་ཆགས་སྤང་དབང་དུ་མ་སོང་བར། །མགོན་ཁྱིད་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་པ་ལ། །དུས་ནམ་ཡང་བརྩོན་པ་བགྱིད་པར་སྟོན། །ཞེས་པའི་ནམ་ཡང་གིས་དགག་སྐྱ་མ་དང་ས་སོ། །ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ནམ་གྱི་གོ་སར་གནམ་ཞེས་བྲིས་པ་དེ་འདྲའང་མཐོང་རྒྱ་འདུག དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ཞེས་པར་གནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་རྟོག་འཁྲུལ་ཡིན་པ་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས་ལྟ་བུ།

ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་པ་དོན་གྲུབ་ཅེས་བརྗོད་རྒྱུ་པ་ལེགས་དོན་གྲུབ་ཅེས་པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱོང་བསྟན་འཛིན་ལགས་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་པ་ལེགས་བསྟན་འཛིན་ཞེས་པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཆེ་མགོ་ (༧) བཀྱར་སྟེ་ལུ་ལུ་མཐའ་དག་ལ་འབྲི་ཡི་འདུག་པ་འདི་ནི་བོད་མིའི་སྤྱི་སྟོན་དང་མི་མཐུན་པར་སྐྱམ། ཆེ་མགོ་གང་དུ་འབྲི་ལུ་ལུ་ནི་སྐལ་ཆེར་ལུ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པས་དེ་ནི་ལགོང་ས་ལྷ་བས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྐྱེ་ཤང་ན་རིམ་ནམས་ཡིན། ཆེ་མགོ་མེད་ན་བཀྱར་སྟེ་མི་ལུ་བའི་གོ་དོན་མིན་པ་དེ་གསལ་པོར་མཐུན་དགོས། དཔེར་ན། རྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལས་རྟེན་པའི་བཀྱར་སྟེ་ལུ་ལུ་གཞན་ཞིག་མེད་ཀྱང་རྟོན་པ་ལ་ཆེ་མགོ་མི་འབྲི་བ་ཡིན། ལགོང་ས་མཆོག་ལ་ཆེ་མགོ་ཕྱུལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སྐལ་ཆེར་གང་ཉིད་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྲིད་གཉིས་ཀའི་དབུ་འཁྲིད་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སོ། །

ཡང་འགའ་ཞིག་གི་མིང་རྒྱུང་ཚང་མར་ད་རྟེན་པ་འབྲི་དགོས་པར་སེམས་ཏེ་དྲིལ་བསྐྱགས་

དང་བྱ་བ་བསྐྱགས་ཀྱི་དོན་དུ་དྲིལ་སྒྲོག་དང་བྱ་བ་སྒྲོག་ཅེས་པ་བྲིས་པ་འདྲ་སྒྲུང་། བ་སྟན་འདི་རིགས་  
ལ་ཅུང་ཟད་དཔུང་ན། གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷའི་གསར་ཤོག་ཏུ་རང་རེ་ཆང་མས་ཐུན་དུ་བཅད་སྟེན་བྱེད་  
བཞིན་པས་མ་ཆད་དེ་སྤྱོད་གཞུང་ལས་ཁྲུང་ས་གཅིག་གི་མིང་དུ་ཡང་གྱུར་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཞེས་  
པའི་བ་སྟན་དེའི་དག་ཆར་འགྱུར་བ་ཞིག་བཏང་སྟེ་བྱ་བ་སྒྲོག་ཅེས་བཀོད་འདུག དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་  
བྱ་བ་བསྐྱགས་ཞེས་པའི་བ་སྟན་དེའི་དག་ཆར་འགྱུར་བ་ཞིག་བཏང་སྟེ་དྲིལ་སྒྲོག་ཅེས་བཀོད་འདུག དཔེ་  
མཆོན་དུ་གསར་ཤོག་དེའི་འདོན་ཐངས་བཅུ་དགུ་པའི་ཤོག་ངོས་གཉིས་པར་བཀའ་སློབ་དྲིལ་སྒྲོག་ཅེས་  
དང་། ཤོག་ངོས་གསུམ་པར་མཁྱན་པ་ན་རག་བར་བྱ་བ་སྒྲོག་བྱེད་པའི་མཐུག་འབྲས། དེ་བཞིན་  
ཤོག་ངོས་བཞི་པར་རང་བཙན་བྱ་བ་སྒྲོག་ཅེས་བཀོད་འདུག

སྟེར་བཏང་རང་རེའི་ཤོད་ཡིག་ནང་དག་ཆ་མེ་མཐུན་པ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་  
མཁས་པ་སེ་སེའི་བཞེད་པ་མི་འདུ་བ་ཡོད་པ་སྒྲོས་མེད་ཐོག་སྡོན་ཤོན་མཁས་པའི་གསུང་རབ་གང་རུང་  
ཞིག་ལ་གཞི་བཙུག་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་ག་བཟོའི་དབང་གིས་བྲིས་པ་དཀོན། ལྷག་པར་བ་སྟན་གསར་  
པ་བཟོ་བའམ་ཡང་ན་སྤར་ཡོད་བ་སྟན་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་གཏོང་བར་འདོད་ན་ཉགས་འཐུག་ནས་གསུངས་  
པའི་སྒྲུ་མཐུན་གྱི་སྟོར་དང་ཡུལ་སྒྲོལ་གྲོ་མས་གཤིས་དང་བཅད་སྟེན་གྱི་དབང་གིས་ཡོངས་གྲགས་སུ་གྱུར་  
པའི་བ་སྟན་ནམས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐུགས་སྒྲུང་གནང་དགོས་པ་ལས་སྒྲུང་མེད་དུ་འཛོག་མི་རུང་།  
སྟེར་ན་འོལ་ཆོད་ཅིག་བྲས་པ་ཡིན་ན་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷའི་གསར་ཤོག་ཏུ་དྲིལ་སྒྲོག་དང་བྱ་བ་སྒྲོག་ཅེས་  
བཀོད་པའི་སྐབས་སུ་དགོངས་པ་བཞེས་ས་ནི་བྱ་བ་བསྐྱགས་དང་། དྲིལ་བསྐྱགས་ནི་མིང་རྒྱུང་ཡིན་  
པ་དང་། མིང་རྒྱུང་ཡིན་ན་ད་ལྟ་བའི་དག་ཆ་འབྲི་དགོས་པར་བསམ་པར་ཡིན་པར་དོགས། ཡིན་  
ན་འདྲ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་ཆོན་གཅོད་ག་ལ་རྩས་ཏེ་མི་ཡི་རྒྱུད་ཆོད་མི་ཡིས་ཡོངས་དཀའ་བའི་ཕྱིར། གལ་  
ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་འོལ་ཆོད་དེ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ནི། བྱེད་ནམས་ཀྱིས་བྱ་བ་སྒྲོག་དང་  
དྲིལ་སྒྲོག་བཅད་སྟེན་བྲས་པ་དེ་མི་འཐད་ཅེས་བཞེད་འདོད་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དུས་གསུམ་ཅི་

རིགས་དང་། རྒྱལ་གསུམ་གང་རུང་མ་ཡིན་པ། དེ་བཞིན་སྐྱུ་ལྗོངས་དང་བཅས་པ་ལས་གྲུབ་པའི་  
མིང་རྒྱུད་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེ་མཚོན་ལྟ་བུར། རྫོང་དཔོན་ལྟ་བུ་དྲ་ལྷ་བ་དང་། བསྐབ་བུ་ལྟ་  
བུ་མ་འོངས་པ་དང་། དག་བཅོམ་པ་ལྟ་བུ་འདས་པ་དང་། མོངས་མཆན་ལྟ་བུ་སྐྱུ་ལྗོངས་དང་། སྐབས་  
འགྲོ་ལྟ་བུ་རྒྱལ་གསུམ་གང་རུང་མ་ཡིན་པ་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱུད་གི་དཔེར་བཞིན་ཡིན།

འོན་ཏེང་ཕྱོགས་བསྐྱགས་ལ་ཕྱོགས་སྐྱིག་དང་། སྐྱིགས་གཞི་ལ་སྐྱིག་གཞི་ལྟ་བུ་བྱེས་པ་མང་  
པོ་འདུག་ན། དེ་དག་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གཤེད་ཏི་བ་འདོན་པ་བྱུང་ན། དེ་ལ་འདི་  
ལྟར་སྐྱོ་སྤྲོ། དྲིལ་བསྐྱགས་ལ་དྲིལ་སྐྱོག་ཅེས་པ་རྟགས་འདུག་ནས་གསུངས་པའི་སྐྱོ་མཐུན་གྱི་ལེགས་  
བཤད་དང་འགལ་བས་ཐད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་སྐྱིགས་ལ་ཕྱོགས་སྐྱིག་ཅེས་པ་དེ་རྟགས་འདུག་  
གི་སྐྱོ་མཐུན་གྱི་ལེགས་བཤད་དང་མི་འགལ་བས་འཐད་དོ། །དེ་བཞིན་ཁྱབ་བསྐྱགས་ལ་ཁྱབ་སྐྱོག་  
ཅེས་པ་དེ་རྟགས་འདུག་གི་སྐྱོ་མཐུན་གྱི་ལེགས་བཤད་དང་འགལ་བ་ཡིན་པས་འཐད་པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་  
ལས་ཕྱོག་སྤྲོ་ཕྱོགས་གཞི་ལ་སྐྱིག་གཞི་ཞེས་བྱེས་པ་དེ་རྟགས་འདུག་གི་སྐྱོ་མཐུན་གྱི་ལེགས་བཤད་དང་  
མི་འགལ་བས་འཐད་པར་ཁས་འཆེས་སོ། །དྲིལ་བསྐྱགས་དང་དྲིལ་སྐྱོག་གཉིས་ཀར་རྟགས་མཚུངས་  
མེད་པར་མཉམ་ནའང་། དང་པོ་དེར་བཞིན་བདེ་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་མ་དེར་བཞིན་བདེ་མེད་པ་དེས་  
དང་པོ་དེར་སྐྱོ་མཐུན་ཡོད་པ་དང་། ཕྱི་མ་དེར་སྐྱོ་མཐུན་མེད་པར་བརྟན་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཕྱོགས་  
བསྐྱགས་དང་ཕྱོགས་སྐྱིག་གཉིས་ཀར་རྟགས་མཚུངས་མེད་པར་མཉམ་ནའང་གཉིས་ཀར་བཞིན་བདེ་  
ཡོད་པས་དང་པོ་དེ་འཐད་པ་དང་ཕྱི་མ་དེ་མི་འཐད་ཅེས་རང་ཉིད་སྐྱོ་བར་མི་འདོད། དྲིལ་བསྐྱགས་  
དང་དྲིལ་སྐྱོག་གཉིས་ལ་སྐྱོ་མཐུན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཙོ་བོ་ནི་འཕྲུལ་དང་ཡང་འདུག་ཡོད་མེད་  
དེ་ལ་ཐུག་པ་མ་ཡིན། དེ་གཉིས་སུ་བཞིན་བདེ་ཡོད་མིན་ནི་དབྱངས་ཀྱིས་བརྒྱན་མ་བརྒྱན་ལ་ཐུག་  
པ་ཡིན།

དེར་བརྟན་མིང་རྒྱུད་ལ་ད་ལྟ་བའི་དག་ཆ་འབྲི་བའི་རྩོལ་བ་དེ་མི་འཐད་པ་མིན་ནའང་། གལ་



ཏེ་དེར་དབྱངས་ཀྱི་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་འདུག་ན་མིན་ཏུ་གཟབ་དགོས་པ་ཡིན། བྱེད་རང་གིས་ཅི་བཤད་  
ཀྱང་མིང་རྒྱང་ལ་ད་ལྟ་བུ་འབྲི་བ་དེ་དང་རང་གི་ལུགས་ཡིན་ཞེས་ལུགས་ངན་མི་འདོར་ན་ནི་གོང་དུ་འཁོད་  
པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲིབ་བྱེད་དང་། དག་བཅོམ་པ་ལ་དག་འཛོམས་པ། རྩོངས་མཆན་ལ་གཏོང་མཆན།  
སྐྱབས་འགྲོ་ལ་སྐྱོབ་འགྲོ་ཞེས་འགྱུར་བ་ཞིག་བཏང་སྟེ་འབྲི་དགོས་པར་བཤམ། གང་ལགས་ཤེན། དྲིལ་  
བསྐྱགས་ལ་དྲིལ་སྒྲོག་དང་། བྱབ་བསྐྱགས་ལ་བྱབ་སྒྲོག་ཅེས་བྲིས་བྲིན་པ་དང་། གསལ་བསྐྱགས་  
ལ་གསལ་སྒྲོག་དང་ཆེད་བསྐྱགས་ལ་ཆེད་སྒྲོག་ཅེས་འབྲི་བར་འགྱུར་བ་ནམས་དང་འབྲེལ་ཆགས་པར་  
ཡོང་བར་ཡན་ངེས། ཡང་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཞིག་གསལ་བཤད་གནང་རྒྱ་ཡོད་ན་ནི་དགའ་པའི་འཇུ་མ་  
གྲིས་བསྐྱབ་བར་སྒྲོའོ། མིང་རྒྱང་ལ་དུས་གསུམ་ཅི་རིགས་དང་ཡང་ན་དུས་གསུམ་གང་རུང་མིན་པར་  
འབྲི་དགོས་པ་བཤད་པ་འདིར་བཞུན་བཅོམ་གྱི་རྒྱབ་ཏུ་ཡང་ཡོད་དེ། རི་སྐད་དུ། དེར་མ་ཟད་  
བོད་སྐད་ཀྱི་མིང་འདོགས་ཚུལ་དུ་མ་ཡོད་དེ། བྱེད་ཆོག་སྟོནས་བརྗོད་ཚུལ། ལས་སམ་བྱ་ཡུལ་གྱི་  
སྟོནས་བརྗོད་ཚུལ། བྱ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བྱའི་སྟོནས་བརྗོད་ཚུལ། རྒྱལ་ཆོག་གིས་བརྗོད་ཚུལ།  
བྱ་བྱེད་སོགས་གང་དུ་ཡང་མི་གཏོགས་པའི་བརྗོད་ཚུལ་སོགས་ཡོད་པ་ལས། བྱེད་ཆོག་གིས་བརྗོད་  
པའི་མིང་ནི་སྐྱབ་ཐབས་ཞེས་པའི་སྐྱབ་དང་། ཆོས་སྤང་ཞེས་པའི་སྤང་སོགས་ལྟ་བུ་དང་། བྱ་ཆོག་  
གིས་བཏགས་པའི་མིང་ནི་བྱིན་བརྐྱབ་ཅེས་པའི་བརྐྱབ་དང་། བཞུན་བཅོམས་ཞེས་པའི་བཞུན། བསྐྱབ་  
གསུམ་ཞེས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། བྱ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་འཕམ་འདས་ཆོག་གིས་  
མིང་བཏགས་པ་ནི། རྩོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ཞེས་པའི་བཀོད་པ་དང་། དག་བཅོམ་པ་ཞེས་པའི་བཅོམ་  
པ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྒྱལ་ཆོག་གིས་མིང་བཏགས་པ་ནི་ཡོད་སྐྱབས་ཞེས་པའི་སྐྱབས་དང་། མ་གཤམ་ཆིངས་  
ཞེས་པའི་ཆིངས། རྒྱུ་སྐྱོན་ཞེས་པའི་རྒྱུ་ས་རྣམས་ཡིན། བྱ་བྱེད་སོགས་གང་དུ་ཡང་མི་གཏོགས་  
པའི་མིང་ནི་བྱིན་ཐབས་དང་། ཁང་བཅེགས་ཞེས་པའི་བཅེགས་དང་། དུལ་བ་ཞེས་པའི་དུལ་བ་  
དང་། ཆོང་པ་ཞེས་པའི་ཆོང་ལྟ་བུ་རྣམས་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཞན་ཡང་སྐབས་དོན་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ནི་ཡིན་ཏུ་གསལ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། བརྟེན་འགྱུར་དང་  
བརྟེན་འགྱུར་གཉིས་ནས་གང་ཞིག་འཐད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གཉིས་ཀྱི་འཐད་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་  
གདམ་ང་མིན། བརྟེན་འགྱུར་འབྲི་སར་བརྟེན་འགྱུར་འབྲི་མི་རུང་། དེ་བཞིན་བརྟེན་འགྱུར་འབྲི་  
སར་ཡང་བརྟེན་འགྱུར་འབྲི་མི་རུང་། ཐུབ་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་དགོངས་འགྲེལ་བརྟེན་བཅོས་པོད་སྐད་  
དུ་བརྟེན་བ་ནམས་ལ་བརྟེན་འགྱུར་དང་། བོན་གྱི་གཞུང་ལུགས་གང་ཞིག་བོན་སྟོན་གཤམ་རབ་གྱི་  
གསུང་རབ་ལ་བརྟེན་པ་བོད་སྐད་དུ་བརྟེན་བ་ནམས་ལ་བརྟེན་འགྱུར་ཞེས་འབྲི་དགོས་པ་ཡིན། དེ་  
བཞིན་གནས་བརྟེན་དང་གནས་རྟེན། རྒྱལ་གཅེས་དང་རྒྱལ་བཅད། གནའ་འབྲེལ་དང་མནའ་འབྲེལ།  
བྱ་བྲལ་དང་བྱ་བྲེལ། བོང་དང་བོངས། སམ་ཚོལ་དང་མར་ཚོལ། བཙེ་དང་ཙེ། འཛིག་དང་འཛིགས།  
མངོན་བཟོད་དང་མངོན་སྟོན། བཤད་སྒྲུབ་དང་དངོས་གྲུབ། ས་བཅད་དང་ས་དབྱུང། ལུང་རིགས་  
དང་ཤེས་རིག་མཆོད་བཟོད་དང་ཆོས་སྟོན། མཆོད་པ་དང་ཆོས་པ། སུམ་རུ་དང་གསུམ་བུ།  
སྐད་གདངས་དང་སྐས་གདང་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཆོག་གི་སྒྲ་ཙམ་འདྲ་ནའང་དོན་ལ་ཁྱད་པར་ཡིན་  
ཏུ་ཆེ་བས་གཟབ་དགོས་སོ།།

དེ་ཡང་རྒྱལ་གཅེས་དང་རྒྱལ་བཅད་ལ་དབྱུང་བ་ཐུང་དུ་ཞག་བྱས་པ་ཡིན་ན་རྒྱལ་གཅེས་  
ཞེས་པ་ནི་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་གཅེས་ཞེན་ཆེ་ཞིང་། དེ་ཡི་དོན་དུ་དགོས་གལ་བྱུང་  
བརྟེན་རང་གི་ལུས་སྟོན་ཡོངས་སྟོན་དང་བཅས་པ་ཡང་སྒྲོས་གཏོང་བྱ་རྒྱུར་ཐེ་ཆོམ་སྒྲ་ཙམ་མི་བྱེད་  
པའི་བསམ་སྒྲོ་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་ཟེར། དེ་འདྲ་གང་ལ་ཞུན་པའི་སྒྲིམ་བུ་དེ་ལ་རྒྱལ་གཅེས་པ་ཟེར་  
ཞིང་། སྒྲིམ་བུ་དེ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གཞུང་མང་ཡོངས་ནས་བརྟོད་པ་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་ཡིན།  
དཔེར་ན་རྒྱལ་གཅེས་པ་དཔལ་པོ་ཐུབ་བརྟེན་དངོས་གྲུབ་ལྟ་བུ། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་བཅད་ཅེས་  
པ་ནི་གཞུང་ངམ་སྒྲིག་འཛུགས་གང་ཡང་རུང་བཞིག་ན་ཡོངས་ཁྱབ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཏེ་ཆང་  
མས་རྩ་འཛིན་བྱ་རྒྱུའི་བྲིམས་ཀྱི་ཕུག་རྒྱལ་བཅོངས་པའམ་བཅད་པའི་བཀའ་བཅད་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་

ཟེར། དེང་དུས་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་རེའི་དེབ་ལྡང་ཁྱེད་རྒྱལ་གཅེས་མ་དངུལ་དང་། ལྷན་པས་  
རེ་རང་བཅོན་ལག་དེབ་ཀྱང་ཟེར་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལག་དེབ་ལྡང་ཁྱེད་དངུལ་འབྲུལ་གྱི་དཔ་  
ནི་དང་ཐོག་བོད་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱབ་རྟེན་  
དུ་ཕུལ་བ་ཡིན་ཡང་རིམ་གྱིས་དེ་ཉིད་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་གཅེས་མིན་གྱི་སོ་མཆོམས་  
ཞིག་མིན་པར། བོད་གཞུང་ནས་བྲིམས་སྤྱད་བཅས་པའི་རྒྱས་བཅད་ཀྱི་བསྟུ་དངུལ་ཞིག་དུ་གྱུར་  
ཡོད། དེས་ན་རང་གི་བསམ་འོར་བོད་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཆང་མས་ངེས་པར་དུ་འབྲུལ་དགོས་པའི་བསྟུ་  
དངུལ་དེ་དག་ལ་རྒྱས་བཅད་ཀྱི་བསྟུ་དངུལ་ཟེར་དགོས། དེ་ནི་བོད་མི་ཡིན་ནི་ཚོགས་གིས་དངུལ་  
རྒྱུའི་བསྟུ་དངུལ་དེ་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཡང་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་བརྒྱ་ཆ་བསྟུ་དངུལ་དེ་ཡིན་ནའང་  
འདྲ། གང་ལྟར་གཉིས་ཀར་རྒྱས་བཅད་ཡིན་པ་ལས་རྒྱལ་གཅེས་བསྟུ་དངུལ་མིན། བརྒྱ་ཆ་དེ་  
རྒྱས་བཅད་ཡིན་པར་བརྟེན་བོད་མི་ཁོ་ཡོད་ཆང་མས་འབྲུལ་དགོས། འོན་ཀྱང་མི་མང་གིས་འབྲུལ་  
མ་ཐུབ་པ་དང་གཞུང་གིས་ལེན་མ་ཐུབ་པ་ནི་གཞུང་མང་གཉིས་ཀྱི་འོས་ནས་མ་འདྲི་པའི་རྟགས་  
ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ལས་གཞན་པ་དང་ཆང་སྤྱི་ཀྱིས་གཞུང་ལ་དངུལ་ཞུ་ལ་འདེབས་སུ་ཕུལ་བ་ཡིན་ན་  
དེ་ནི་རྒྱས་གཅེས་ཡིན་ལ་རྒྱས་བཅད་མིན། གང་ལྟར་རྒྱས་བཅད་བསྟུ་དངུལ་ནི་དཔུ་ཁྲལ་ཡིན་  
ཞིང་རྒྱལ་གཅེས་མ་དངུལ་ནི་དཔུ་ཁྲལ་མིན།

གནས་བརྟན་དང་གནས་རྟེན་ལ་དཔུང་པ་ཐུང་དུ་ཞིག་བྱས་ན། གནས་བརྟན་ནི་དམ་ཆོས་  
འབྲུལ་བ་ནས་གསུངས་པའི་དགོ་སྒྲོང་བསྐྱབས་ནས་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུར་སོན་པའི་བསྐྱབ་པ་བཞེས་པའི་དགོ་སྒྲོང་  
ནམས་ལ་ཞུ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། གནས་བརྟན་དཔུང་པར་པོ་ཞལ་མར་གཟིགས་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་ན་  
འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་བརྒྱ་དུག་ལ་ཟེར། འོན་ཀྱང་གནས་རྟེན་ནི་གནས་ཅ་ཆེན་ཀྱི་གར་དོ་རྩི་གདན་  
ལྟ་བུ་དང་། རྟེན་ཅ་ཆེན་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ལྟ་བུ་ལ་གོ་བ་  
ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་དུ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་

གནས་ཏེན་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་བགང་བ་ལས་འདས་པ་མངལ་དུ་ཡོད་ལྟ་བུ་ལོ།

གནའ་འབྲེལ་དང་མནའ་འབྲེལ་གཉིས་ནས་གས་འཕུལ་གནའ་འབྲེལ་ནི་བྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་  
ཁབ་ཕན་ཚུལ་དབར་ལོ་རྒྱས་རིང་མོ་ལྷན་པའི་ཆེས་གནའ་པོའི་འབྲེལ་ལམ་དེ་ལ་ཞུ་བ་ཡིན། དཔེར་  
ན། རྒྱ་གར་དང་བོད་དབར་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གི་གནའ་འབྲེལ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་དེང་  
སང་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་ཕན་ཚུན་དབར་ཕུ་བྱ་བཞིན་དུ་གནས་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་ཡིན། མས་འཕུལ་མནའ་  
འབྲེལ་ནི་བྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་སོགས་ཀྱི་དབར་མནའ་འཕུལ་ལེན་གྱིས་བཅངས་པའི་འབྲེལ་  
ལམ་ལ་ཞུ་བ་ཡིན། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་དབར་དམག་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་མནའ་འབྲེལ་  
བཞག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

གོང་གསལ་དཔེ་མཆོན་འགའ་ཞིག་ནི་ཆོག་སྒྲ་འདྲ་ནའང་དོན་མི་འདྲ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་དག་  
ཆ་གཉིས་ཀ་འགྲིགས་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་ཆོག་སྒྲ་འདྲ་ནའང་གཅིག་འགྲིགས་ལ་གཅིག་གོས་ནོར་  
བ་དེ་འདྲ་ལ་ཡང་ང་ཆོས་ངེས་པར་དོ་སྤང་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། ཆར་དུ་དངར་བ་ལ་མཆར་དུ་  
དངར་བ། གདུག་རྩུབ་ལ་རྩུག་རྩུབ། བདེན་མཐའ་གསལ་ཆེད་ལ་བདེན་མཐའ་སེལ་ཆེད། ཁ་  
ཆོན་ལ་ཁ་མཆོན། དབུ་སྤུས་ལ་དབུ་ངས། ཅོད་པན་ལ་ཅོད་པཎ། ཐོངས་མཆན་ལ་ཐོང་ཆེན་ལྟ་  
བུ་ལོ། །གཞན་ཡང་དེང་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་ལྟར་བཅས་ལ་ལྟ་བཅས་དང་། དཔེར་བཞིན་ལ་དཔེ་  
བཞིན། དཔེར་ན་ལ་དཔེ་ན། གདོང་ཐོབ་ལ་གདོངས་ཐོབ་སོགས་ནི་ལྷགས་བཤད་དུ་མངོན་སྲིད་  
ཀྱང་བསྟན་བཅོས་དང་མཁས་པ་ལ་ཡེ་ནས་མ་གྲགས་པའི་སྤེབ་སྦྱོར་དུ་ཟད་པས་ཉེས་བཤད་ལྟ་བུར་  
མངོན། ལྟར་བཅས་ལ་ལྟ་བཅས་འབྲི་མཁན་ནམས་ནས་དགོངས་པ་བཞེས་ས་ནི་འདིར་ལ་དོན་གྱི་  
ཕྱད་དགོས་པ་མེད་པར་མཐོང་སྲིད། འོན་ཀྱང་ང་ཆོས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་སྐབས་འདིར་བསྟན་  
གྱི་ར་སྒྲས་ལ་དོན་གྱི་བྱ་བ་མི་བྱེད་ཅིང་དང་སྒྲའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡི་གོ་དོན་ནི་ལྟ་དང་བཅས་  
པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་བཞིན་དཔེར་བཞིན་གྱི་ར་སྒྲས་ཀྱང་དཔེ་དང་བཅས་ཏེ་བཞིན་པ་དང་དཔེར་

ནའི་ར་སྐྱས་དཔེ་དང་བཅས་ཏེ་བརྗོད་ན་ཞེས་པའི་གོ་དོན་མིན་ནམ་སྐྱམ། དཔེར་བརྗོད་ལ་དཔེ་བརྗོད་  
བྲིས་ཆོ་བོད་ཀྱི་གཏན་དཔེར་ཡིག་ཕྱེད་གོ་བས་ཁྲིག་ཅེས་པ་ལྟར་གོ་ནིར་ཤོར་ས་མེད་ཀྱང་ཡི་གེ་མ་དག་  
པས་མི་འཐད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་དཔེར་ན་ལ་དཔེ་ན་ཞེས་བྲིས་ཆོ་མཆན་གཞི་བརྗོད་པའི་དོན་དུ་མི་གོ་  
བར་དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་གཏམ་གྱི་དཔེ་ན་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་དོན་ལ་ཡང་གོ་ནིར་ཤོར་ཉེན་  
ཡོད། ར་སྐྱ་ལ་དོན་ཡིན་ཡང་ལ་དོན་གྱི་བྱེད་ལས་མི་བྱེད་པ་དེ་རིགས་ཀྱི་ཕྱད་གཞན་ཡང་མང་པོ་  
ཡོད། དཔེར་ན། ནས་སྐྱ་འབྱུང་ཁྲུངས་ཀྱི་ཕྱད་ཡིན་ཡང་འབྱུང་ཁྲུངས་ཀྱི་བྱེད་ལས་མི་བྱེད་ཅིང་  
དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་ཁྱུག་བཅས་དང་བྱེད་སྐྱའི་བྱེད་ལས་བྱེད་པ་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན། འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་ལ་གུས་བདུད་ནས། ཞེས་པའི་ནས་སྐྱ་ཁྱུག་བཅས་དང་། ལགོང་ས་མཆོག་ནས་བཀའ་  
གནང་། ཞེས་པའི་ནས་སྐྱ་བྱེད་སྐྱ གཞན་ཡང་དུག་པའི་ཕྱད་ཡིན་ལ་དུག་པ་མིན་པ་དེ་འདྲའང་  
ཡོད་པ་དཔེར་ན། ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་སྒྲོས་གྲོས་ཀྱིས། གོ་ཡི་སྐྱར་པོས་དེ་ལྟ་མིན། ཁམ་  
མཁའ་མྱེད་གིས་དུག་ཅན་སྐྱལ། བསད་པར་བྱས་ཀྱི་ཁ་ཏས་མིན། ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡི་སྐྱ་དང་  
ཀྱི་སྐྱ་གཉིས་དུག་པའི་ཕྱད་ཡིན་པ་ཁོན་དུ་གསལ་ཡང་། འབྲེལ་སྐྱ་མིན་པའང་ཆེས་ཁོན་དུ་གསལ་  
ཡོ། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ར་ཡིག་ཐོབ་སར་ར་ཡིག་མ་བྲིས་པ་དེ་འདྲའང་འདུག་ན་ཆོག་སྒྲིར་ལ་  
དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་ནམས་ཀྱིས་གཟབ་དགོས་སོ། དཔེར་ན། ཉེར་མཁོ་ལ་ཉེ་མཁོ། ཉེར་སྐྱས་ལ་ཉེ་  
སྐྱས་བྲིས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཡང་འགའ་ཞིག་ནས་མིང་འབྲི་བའི་སྐབས་སུ་དང་པོར་མིང་དངོས་དང་དེ་ནས་བྱིམ་  
ཆང་གི་མིང་བྲིས་པ་དེ་འདྲ་འདུག་པ་དཔེར་ན་བཟུན་འཛིན་ནམ་རྒྱལ་བཀྲས་མཐོང་ལྟ་བུ་མི་འཐད་  
པ་ཡིན། བོད་པའི་ཆོག་སྒྲིར་འབྲི་བའི་སྐབས་དང་པོར་བྱིམ་ཆང་གི་མིང་དང་དེ་ནས་མིང་དངོས་  
འབྲི་དགོས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་རང་གི་གོ་གནས་མིང་དང་སྐྱར་ཏེ་འབྲི་དགོས་ཆོ་ཐོག་མར་གོ་གནས་  
དང་དེ་ནས་བྱིམ་ཆང་གི་མིང་། དེ་རྗེས་མིང་འབྲི་བ་ཡིན། དཔེར་ན། རིམ་བཞི་བསམ་པོ་

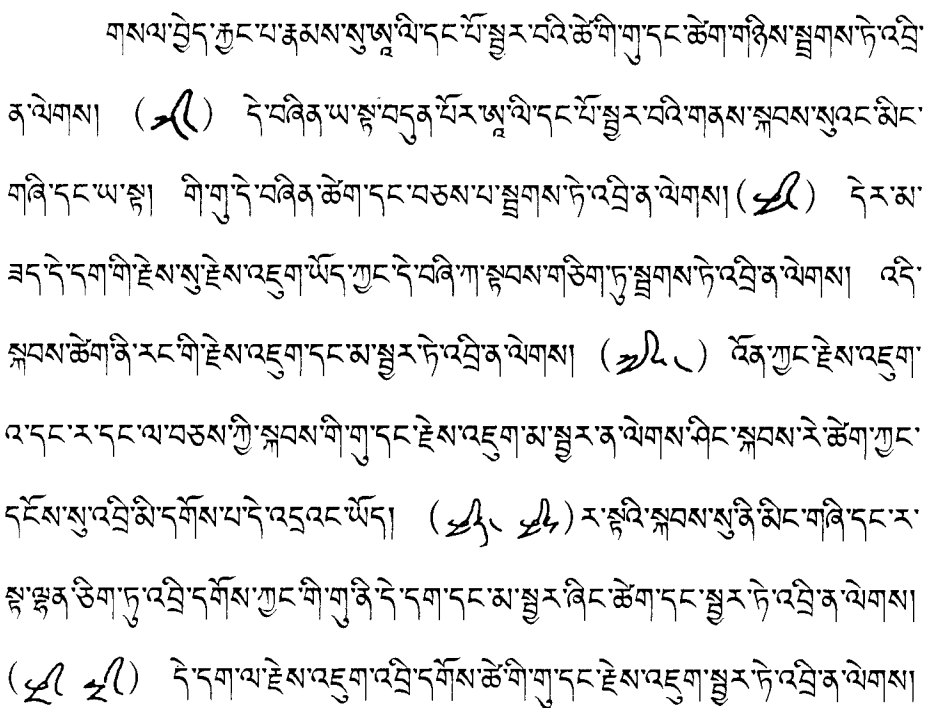
བརྟན་འཛིན་དོན་གྲུབ་དང་ཇ་སག་ཁེ་སྤྲད་བསོད་ནམས་དབང་འདུས། མཁན་བྱང་ལྟུ་ཏྲ་ར་  
 ཐུབ་བརྟན་བརྟན་དར་ལྟ་བུ་ཡིན། གོ་གནས་དང་མིང་དངོས་གཅིག་པུ་འབྲི་དགོས་ཆེ་དང་པོར་  
 གོ་གནས་དང་དེ་ནས་མིང་དངོས་འབྲི་དགོས། དཔེར་ན། མཁན་ཚུང་ཐུབ་བརྟན་ལེགས་སྟོན་  
 ལྟ་བུ་འོ། །ཡང་འགའ་ཞིག་ནས་ལྟ་ལྟ་ལ་སྐྱུ་ལྟ་མ་བྲིས་པ་དེ་འདྲ་འདུག་ན་འདི་ཡང་མི་འཐད་  
 པ་ཡིན། སྐྱོངོའི་ལྟ་ལེས་བྲིས་ན་མི་འཐད་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། འོ་ན་སྐྱོངོའི་གཅན་པོ་དང་གཅན་  
 མོ་ལ་སྐྱུ་གཅན་དང་། སྐྱོངོའི་གཙུང་པོ་དང་གཙུང་མོ་ལ་སྐྱུ་གཙུང་ཟེར་རྒྱུ་ཡིན་ནམ། ལེགས་  
 པར་སོམས་ཤིག་ དེ་བཞིན་འགའ་ཞིག་ནས་སྐྱ་མ་འཛོལ་ཞིང་གཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་སྐྱ་མའི་མཚན་  
 གྱི་དབྱར་མཚན་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ཞེས་དང་། རང་གི་དགོ་ནན་འཛོལ་ཞིང་གཞེས་པའི་གནས་སྐབས་  
 སུའང་ཀན་དམ་པ་ཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་པ་ཀན་པ་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་སུའང་པ་དམ་པ་ཞེས་  
 བྲིས་པ་དེ་འདྲ་མཐོང་རྒྱུ་འདུག་ན་དེ་དག་འབྲི་མི་རུང་། སྐྱ་མ་འཛོལ་ཞིང་གཞེས་པ་དཔེར་ན། སྐྱ་མར་  
 བརྟན་བཞུགས་འབུལ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྐྱ་མའི་མཚན་གྱི་དབྱར་དོན་གྱི་སྤྲ་དུ་མཚན་ནས་སྟོས་  
 ན་ཞེས་བཟོད་དགོས་པ་ཡིན། འདི་འདྲའི་གནད་ཀྱི་ཕྱོག་མེ་མེ་མན་ངག་ཞལ་ཤེས་ལས་མཁྱེན་དགོས་  
 པ་ལས་སྤྱིར་བཏང་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་ཡུལ་ཞིག་མིན། པ་དམ་པ་སངས་རྒྱས་དང་ཁལ་ཁ་རྩེ་བཙུན་དམ་  
 པ་ནི་གོང་དང་མི་མཚུངས་པར་རྒྱན་དུ་གསུང་སྟོལ་ཡོད་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་ངག་འདོན་བྱེད་པའི་ཆེ་མིང་གཞི་སྤེལ་བཞི་པའི་གསུམ་པ་བ་ལ་རང་སྤྱིའི་  
 བཞི་པ་མ་ཡིག་བཞིན་དུ་རྫོག་ཀྱང་རིགས་པའི་དཔེ་ནི། སྐབས་འགོ་ལ་སྐྱུ་མས་འགོ་དང་། རབ་  
 འབྲམས་ལ་རམ་འབྲམས་དང་། ཞབས་འདྲེན་ལ་ཞམས་འདྲེན། ཐུབ་འབྲས་ལ་གུམ་འབྲས་  
 ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་འོ། །དེ་བཞིན་མིང་མཐའི་སྟོན་འདུག་སྔ་མའི་མཐའ་རྟེན་བཞིན་དུ་རྫོག་ཀྱང་  
 རིགས་པའི་དཔེ་ནི། ལོ་མཚོད་ལ་ལོ་མཚོད་དང་། རྒྱ་མཚོ་ལ་རྒྱ་མཚོ་དང་། སྐྱ་མཚོད་ལ་སྐྱ་མ་  
 ཚོད། ཨ་མདོ་ལ་ཨ་མ་མདོ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་མིང་མཐའི་ར་མགོ་སྔ་མའི་མཐའ་རྟེན་

བཞིན་སྒྲིག་པ་འང་ཡོད་དེ་དཔེར་ན། སྤྱོད་ལ་ལ་སྤར་ཞོལ། བྱི་ཞོལ་ལ་བྱིར་ཞོལ། ལ་རྒྱ་ལ་  
ལར་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་བཞིན་མཐའ་རྟེན་ས་ལ་ན་བཞིན་དུ་སྒྲིག་ཀྱང་རིགས་པ་འི་  
དཔེ་ནི། བེས་ཀྱི་ཡོད་ལྟ་བུ་ལ་མེན་གྱི་ཡོད་ལྟ་བུ་བཅས་ཞོར་འཕྲོས་དང་། །ཡང་འགའ་ཞིག་  
གིས་པོད་རབ་རྒྱལ་ཞེས་པ་དེ་རབ་བྱུང་གི་ལོ་དང་པོད་རྒྱལ་ལོར་བཀྲལ་བ་དེ་ལྟར་འདུག་ན་དེ་ལྟར་  
མིན་ཅིང་། དེ་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་ཅེས་པ་འི་དོན་ནོ། །དཔེར་ན་རབ་གནས་དང་རབ་བྱུང་  
རི་རྒྱལ་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་ལ་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །

འགའ་ཞིག་གིས་རྩ་མེ་ལ་རྩ་མེས་དང་མེར་བྱིན་ལ་མེས་བྱིན། པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་  
ལ་པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱལ། བཀྲས་ལྷན་ལ་བཀྲ་ལྷན་བྲིས་པ་དེ་ལྟར་སྤང་ན་དེ་དག་སྤྲ་མ་  
འཐད་ཅིང་བྱི་མ་མི་འཐད་དོ། །བྱི་མས་སྤྲ་མ་བཞིན་གོ་བྱུང་པ་འི་དབང་དུ་བཏང་ན་འང་ཆོག་སྒྲོར་  
མི་ལེགས་པས་སྤང་བར་བྱའོ། །

གནད་དོན་གལ་ཆེན་གཞན་ཞིག་ནི་གཏམ་དཔེ་ནམས་ལ་གོ་བ་ཡག་པོ་ཆགས་དགོས་  
པ་དེ་ཡིན། དེ་མིན་ནི་བའི་གྲོས་ཆོགས་ལས་རིམ་གསར་ཤོག་ནང་བཟོ་ཆེན་འོག་གི་བཟོ་རྒྱུང་  
ཟེར་རྒྱལ་ཟུར་མཆན་འོག་གི་ཟུར་རྒྱུང་ལྟ་བུ་གོ་རྒྱུ་གཏན་ནས་མེད་པ་དེ་འདྲ་འབྲི་འོང་། མཐའ་  
དོན། ཆེད་ཚོམ་གང་ཞིག་ནས་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་འི་ཆེད་ཚོམ་འབྲི་དགོས་ཆེ་ཚོམ་དེ་ཉིད་  
ལུང་རིགས་ཀྱི་སྒྲིན་ས་ཁྲུང་ས་སྒྲེལ་བྱེད་དགོས། དེར་བརྟེན་ལུང་འདྲེན་ཞིག་ལ་མཆན་ལྟ་བུ་ཞིག་  
དགོད་དགོས་ཆེ་དེང་སྒྲོལ་བཞིན་ཐོག་མར་ཚོམ་པ་པོ་དེའི་མིང་དང་། དེ་ནས་དེབ་དེའི་མིང་། དེ་  
རྗེས་ཤོག་གངས། དེ་རྗེས་གང་ནས་གང་དུ་དཔར་སྐྱུན་བྲས་པ། དེ་ནས་ལོ་གང་དུ་དཔར་སྐྱུན་  
བྲས་པ་བཅས་དགོད་དགོས། དེའི་སྤྲོང་དེབ་དེའི་ཤོག་བྲག་ཡས་ཀྱི་སྤྲོང་དུ་རབ་བྱེད་དམ་ལེ་ཆོན་  
དེའི་མིང་མདོར་བསྐྱས་དང་། གཡོན་གྱི་སྤྲོང་དུ་དེབ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མིང་བྲིས་ན་སྤྱི་སྒྲོལ་དང་མཐུན་  
པ་ཡིན། རབ་བྱུང་ན་ལེ་ཆོན་གསར་པ་ནམ་ཡིན་ལ་ཤོག་ངོས་ལ་ནས་འགོ་བཙུགས་ན་ལེགས།





(༡༥) ཆོག་ནི་རྗེས་འཇུག་དང་མ་སྦྱར་ན་ལེགས། (༡༥) ལ་སྒྲིལ་སྐབས་སུ་མིང་གཞི་  
དང་ལ་བཏགས་མ་སྦྱར་ཏེ་འབྲི་དགོས། (༡༦) གཞན་ནི་ཕལ་ཆེར་གོང་དང་མཚུངས་  
པར་བྱས་ན་ལེགས། གསལ་བྱེད་རྒྱུ་པ་རྣམས་སུ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱར་བའི་ཆོ་ག་དང་ཁ་དང་ག་  
དང་ཇ་དང་ཉ་དང་ཏ་དང་ཐ་དང་ད་དང་ན་དང་པ་དང་ཕ་དང་བ་དང་མ་དང་ཇ་དང་ཉ་དང་འ་དང་  
ཡ་དང་ར་དང་ལ་དང་ས་དང་ཏ་དང་ཨ་བཅས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞབས་ཀྱི་སྦྱར་ཏེ་འབྲི་ན་ལེགས།  
(༡༧) དེ་ལས་ཐོག་རྗེ་ཅ་དང་ཆ་དང་  
ཅ་དང་ཆ་དང་ཟ་དང་ག་བཅས་བྱག་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱར་བའི་ཆོ་མིང་གཞི་དང་  
ཞབས་ཀྱི་མ་སྦྱར་མ་ལེགས། (༡༨) གཞན་ཡང་ཡ་སྟ་  
དང་ར་སྟ་ལ་སྟ་བཅས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕལ་ཆེར་གོང་དང་མཚུངས་པར་བྱེད་ན་ལེགས། གསལ་བྱེད་  
རྒྱུ་པ་རྣམས་སུ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་སྦྱར་བའི་ཆོ་འགྲེང་བྱ་དང་མཐའ་རྟེན་གཉིས་སྐབས་གཅིག་ཏུ་འབྲི་  
ན་ལེགས། ཆོག་ལོགས་སུ་འབྲི་ན་ལེགས། (༡༩) གཞན་ཡང་ཡ་སྟ་དང་ར་སྟ་ལ་སྟ་  
བཅས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕལ་ཆེར་གོང་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ན་ལེགས།

གསལ་བྱེད་རྒྱུ་པ་རྣམས་སུ་ཨྲ་ལི་བཞི་པ་སྦྱར་བའི་ཆོ་ན་རོ་དང་ཆོག་གཉིས་སྐབས་གཅིག་  
ཏུ་འབྲི་ན་ལེགས། (༢༠) དེ་བཞིན་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་རྗེས་འཇུག་འབྲི་བའི་ཆོ་ན་རོ་མཐའ་  
རྟེན་གཉིས་སྐབས་གཅིག་ཏུ་འབྲི་ན་ལེགས། འོན་ཀྱང་ཆོག་ལོགས་སུ་འབྲི་ན་ལེགས།  
(༢༡) གཞན་ཡང་ཡ་སྟ་དང་ར་སྟ་ལ་སྟ་བཅས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཕལ་ཆེར་གོང་དང་མཚུངས་  
པར་བྱས་ན་ལེགས། ར་མགོ་འབྲི་སྐབས་ན་མ་གཏོགས་ར་མགོ་ཅན་གཞན་རྣམས་རང་གི་མིང་གཞི་  
དང་སྦྱར་ཏེ་འབྲི་ན་ལེགས། (༢༢) དེའི་སྐབས་ར་མགོ་དང་མིང་གཞི་མ་སྦྱར་ཏེ་འབྲི་ཚུལ་

གཅིག་དང་གཞན་དེ་ནི་རྟ་དང་ཡིག་གཟུགས་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་དབྱངས་དང་  
 མཐའ་ཉེན་ཞུགས་པའི་སྐབས་ཆོག་དང་བཅས་པའི་འབྲི་ཚུལ་གོང་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ན་ལེགས།  
 (༥) (༦) (༧) ལ་མགོ་འབྲི་སྐབས་ལྔ་དང་ལྔ་དང་ལྔ་བཅས་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་ལ་མགོ་དང་མིང་  
 གཞི་སྒྱར་ཏེ་འབྲི་ན་ལེགས་ཤིང་། (༨) (༩) (༡༠) ལ་མགོ་གཞན་ནམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལ་མགོ་  
 དང་མིང་གཞི་མ་སྒྱར་ཏེ་འབྲི་ན་ལེགས། (༡༡) (༡༢) (༡༣) དེ་དག་ལ་དབྱངས་དང་མཐའ་  
 ཉེན་ཞུགས་པའི་སྐབས་ཆོག་དང་བཅས་པའི་འབྲི་ཚུལ་གོང་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ན་ལེགས། ས་  
 མགོ་འབྲི་སྐབས་སྔ་མ་གཏོགས་ས་མགོ་གཞན་ནམས་རང་གི་མིང་གཞི་དང་སྒྱར་ཏེ་འབྲི་ན་ལེགས།  
 ས་ད་རྟ་ལྔའི་སྐབས་སུ་མིང་གཞི་དང་མ་སྒྱར་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་མགོ་ཅན་ས་དེའི་དབྱིབས་སུ་  
 པ་ལྟར་ཡིག་ཆུང་ཞིག་འབྲི་སློལ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་འབྲི་ན་ལེགས། (༡༤) (༡༥) (༡༦) དེ་  
 བཞིན་སྔ་ཡི་སྐབས་སུ་འང་ཁྲུགས་ཡིག་ལ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྲིས་ཏེ་དེ་འོག་རྩུང་ཟད་འཐེན་དགོས།  
 (༡༧) (༡༨) (༡༩) དེ་དག་ལ་དབྱངས་ཡིག་དང་མཐའ་ཉེན་ཞུགས་པའི་སྐབས་ཆོག་དང་བཅས་པའི་  
 འབྲི་ཚུལ་གོང་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ན་ལེགས། དེར་མ་ཟད་མགོ་ཅན་དང་འདོགས་ཅན་མིང་གཞི་  
 ཆོག་དང་བཅས་ལ་སྐབས་གཅིག་ཏུ་འབྲི་ན་ལེགས་ཤིང་། དེ་དག་ལ་དབྱངས་ཡིག་གི་གུ་དང་ཞབས་  
 གུ་ལས་གཞན་པ་ཞིག་ཞུགས་ན་ནི་དབྱངས་ཡིག་དེ་མིང་གཞི་དང་མ་སྒྱར་ཞིང་མཐའ་ཉེན་དང་སྒྱར་  
 བཞིག་འབྲི་དགོས་ཀྱང་གལ་ཏེ་མཐའ་ཉེན་མ་མཆིས་ན་དམིགས་བསལ་ཡོད་ན་ལས་དེ་མིན་ཆོག་དང་  
 མཐའ་ཉེན་མ་སྒྱར་ན་ལེགས། (༢༠) (༢༡) (༢༢) མགོ་ཅན་དང་མིང་གཞི་ལ་སྔ་ཞབས་ཀྱི་དང་  
 བཅས་ཏེ་འབྲི་སྐབས་འབྲི་ཚུལ་བྱེ་བྲག་པ་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་མགོ་ཅན་མིང་གཞི་ར་སྔ་ཞབས་  
 ཀྱི་དང་བཅས་ཏེ་འབྲི་སྐབས་དབུ་ཅན་དང་འབྲི་ཚུལ་ཁྲོན་ནས་མི་མཚུངས་ཤིང་དེ་ཡང་ཅན་ལགས་  
 གྱི་ཕྱག་ལེན་ལས་མཁྱེན་དགོས་པ་ལས་རིག་པ་བཏང་ནས་མཁྱེན་སྤངས་མེད། དཔེར་ན་སྤུལ་རྩ་

བྱ་བྱ་གསུམ་ཡིག་ནང་འབྲི་དགོས་ཆེ་ཕྱག་ལེན་ལ་མ་སྟོང་ན་འབྲི་ཐབས་མེད། (༡༣༤༤)  
དེ་བཞིན་ག་མ་ས་དང་ཆེག་མེད་མཐའ་ཉེན་ས་དང་ན་དང་ར་དང་ག་བཅས་མཐོང་བ་བརྒྱད་པའི་ཕྱག་  
ལེན་ནས་མཐུན་དགོས།

གཞན་ཡང་དེང་སང་སྟོང་ཕྱག་རྒྱུ་མཐུ་དབྱ་མེད་འབྲི་སྐབས་མེད་དང་བདེ། བོད་དང་མདོ་  
མེད་དང་མདེ། མོད་དང་མདོ་སོགས་འདི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ཐད་འབྲི་ནོར་ཤོར་གྱི་འདུག་ན་གན་  
ལགས་རྒྱུ་པས་དམིགས་སུ་བཀའ་ནས་མཛུབ་སྟོན་བྱ་གཞུག་ཆེ། དེ་ཡང་བོད་དང་བོད་དང་མེད་མོད་  
བཅས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཡི་གེ་དང་པོ་བ་མ་གཉིས་མིང་གཞི་ཡིན་པས་དབྱེད་སྤྱོད་ཡིག་ཞུགས་ཤིང་།  
དེ་ཡང་ཕྱི་མའི་རྩེ་ས་འཇུག་དང་དབྱེད་སྤྱོད་ཡིག་སྐབས་ཅིག་ཏུ་འབྲི་དགོས།  
(༡༥༡༥༡༥༡༥༡༥༡) འོན་ཀྱང་བདེ་དང་བདོ་དང་མདེ་དང་མདོ་བཅས་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
སུ་ཡི་གེ་དང་པོ་བ་མ་གཉིས་སྟོན་འཇུག་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་ནམ་ཡང་དབྱེད་སྤྱོད་ཡིག་ཞུགས་  
ཤིང་། དེས་ན་ཡི་གེ་ཕྱི་མ་དེ་རྒྱུ་མཐུ་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་འཇུག་སྟེང་དུ་དབྱེད་སྤྱོད་ཡིག་ཞུགས་ཤིང་། དེ་ཡང་དབྱེད་སྤྱོད་  
ཡིག་དེ་དག་ཆེག་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འབྲི་དགོས། (༡༦༡༦༡༦༡༦)

བྱ་གསུམ་ཡིག་གི་སྐབས་སུ་དབྱ་ཅན་དང་ཅུང་ཟད་ཤད་སྟོར་མི་མཚུངས་པ་རྒྱུ་མཐུ་དུ་སྟོང་ཞུས་  
ན། དེ་ཡང་དབྱ་ཅན་ཡིན་ན་མིང་རེ་རེའི་རྩེ་ས་སུ་བར་མཚམས་འཇོག་ན་ཤད་རེ་དགོས་ཤིང་། དེ་  
མིན་ཤད་མི་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ས། ལ། མ། ལྷ། ས་ལྷ་མེ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །དབྱ་མེད་  
བྱ་གསུམ་ཡིག་གི་སྐབས་སུ་མིང་རེ་རེའི་རྩེ་ས་སུ་བར་མཚམས་འཇོག་མིན་ལ་སྟོང་མེད་ཀྱིས་ཤད་མི་འབྲི་  
བ་ཡིན། (༡༧༡༧༡༧༡༧) དབྱ་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་སྐར་བརྒྱའི་རྩེ་ས་ཐོགས་སུ་ཉིས་ཤད་དགོས། དཔེར་  
ན། ཡིན་ནོ། །རྩ་བུ། དབྱ་མེད་བྱ་གསུམ་ཡིག་གི་སྐབས་སུ་ཉིས་ཤད་རྩ་བུ་ཅི་ཆེག་ཤད་ཀྱང་ཡིག་ཐོང་  
མཛུགས་ཤོས་ཡིན་ན་ལས་དེ་མིན་མི་འབྲི་བ་ཡིན། དབྱ་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་རེ་

རེའི་མཐུག་ཏུ་རྩེས་འཐུག་ག་དང་ཀ་དང་ག་ཡིན་ན་ལས་དེ་མིན་ཉིས་ཤད་དང་ག་ལ་ཏེ་རྩེས་འཐུག་ང་  
ཡིན་ཆེ་ཆེག་དང་ཉིས་ཤད་ཐོབ། དབུ་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པའི་རྒྱུ་པ་རེ་རེའི་མཐུག་  
ཏུ་ཤད་རེ་འབྲི་བ་ཡིན། (༢༠-ཕྱེད་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་) དབུ་ཅན་གྱི་དང་ཀྱི་ག་  
གེ་དོད་དུ་དབུ་མེད་དུ་ཡིག་མགོ་རེ་ཡོད། (༢)

དབུ་ཅན་བཞིན་དུ་དབུ་མེད་ལ་རིན་ཆེན་སྤངས་ཤད་དང་ཉིས་ཤད་དང་བཞི་ཤད་སྤྱལ་ཤད་  
དེ་འདྲ་འབྲི་སྤྱལ་མེད། འདི་ཆོག་ཞན་ཀ་ཁྱུང་ཁྱུང་ལྟ་བུར་མངོན་ཡང་སྒྲོལ་སྤྱག་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་  
ཁྱུག་ས་ཡིག་སྤྱིང་སྐབས་ལ་མ་རྟོན་འདི་རྩ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡིག་གཟུགས་པ་དེ་ཐོག་ཏུ་ཤེས་པར་ཕན་ཐོགས་  
ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རེ་བ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

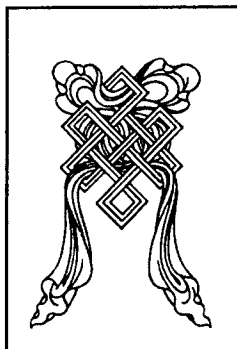
ང་ཆོས་ཡིག་དག་པོ་འབྲི་བར་བོད་ཡིག་གི་ཐ་སྙད་གཅིག་པུ་དག་པོ་འབྲི་བྱུང་པས་མི་ཆོག་ཅིང་།  
དོའི་རྩེད་དུ་ལུང་པ་གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་བོད་རྒྱ་དུ་བཀོལ་བ་དང་དེ་བཞིན་ལུང་པ་གཞན་གྱི་སྤྱི་སྐད་སོར་བཞག་  
ཡིག་མ་ཞོར་བར་འབྲི་གལ་ཆེ། གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་བོད་རྒྱ་དུ་བཀོལ་བ་དེ་དག་ལོགས་སྤྱར་དང་རྟོག་རྒྱ་  
ལས་བྱུང་བཞིག་དང་ཕྱི་རྒྱལ་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ནས་བྱུང་བཞིག་བཅས་གཉིས་སུ་ཕྱེ་ཞིང་། དང་པོ་དེ་ནི་  
རྟོན་གྱི་ལོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་རྟོན་གཞན་བ་གཞིར་བཟུང་ལོག་ཡིག་དང་མཐུག་ཡིག་དེ་བཞིན་གསལ་  
བྱེད་གཞན་རྣམས་དེ་དང་མཐུན་པར་བཀོལ་ཏེ་འབྲི་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་ལ་བུ་རྒྱ་  
དང་། ལྷ་རྒྱལ་ལ་རྒྱ་རྒྱུན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་བུ་རྒྱ་པར་མི་ཏ་ལ་སོགས་པ་རྩ་བུ་ཡིན། དེ་  
ཡང་དཔེར་གསལ་བཞིན་འཆུང་གང་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་དབུངས་རིང་བ་དང་བཅེགས་ཡིག་གང་ཡིན་པ་  
རྣམས་ཡིག་ཕྱེད་དམ་སྒྲིག་མེད་ཡིན། གཞན་ཡང་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་མ་རྒྱལ་དང་ཆོས་ལ་རྩམ་སོགས་ཀྱིས་  
རིགས་བསྐྱེས་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས། གཉིས་པ་ནི་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་  
མི་མིང་དང་ས་མིང་དེ་བཞིན་དངོས་མིང་བཅས་བོད་རྒྱ་དུ་མ་ཕྱིའི་སྤྱི་སྐད་སོར་བཞག་དང་། ཡང་ན་  
དེ་དང་ཁོན་ཏུ་ཉེ་བར་འོང་བར་གོང་གསལ་བཞིན་ལོག་མཐུག་གི་ཡིག་བཀོལ་རྒྱུ་གསུངས་ཡོད་པ་དེ་དག་

གི་རྒྱུ་ལྟར་བསྒྲུབ་དགོས་པ་ཡིན། དེར་སང་འགའ་ཞིག་གིས་ཀམ་ཕུ་ཏར་ལ་ཀམ་སྤྱུ་ཀྱར་ཞེས་མགོ་ཅན་  
དང་འདྲིགས་ཅན་མི་དགོས་བཞིན་དུ་སྒྱུར་བ་འདི་རིགས་སྤོང་དགོས།

ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། རང་དབང་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་གོ་དོན་ནི་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་ Free-  
dom ཞེས་པའམ་ Independence ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་པོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ་ཙམ་ཞིག་  
མིན་པར། ཞེས་བྲིས་འདུག་པ་དེ་ཉིད་འདི་ལྟར་བྲིས་ན་ལེགས་ཏེ། དེ་ཡང་། རང་དབང་ཞེས་པའི་  
ཆོག་གི་གོ་དོན་ནི་དབྱིན་སྐད་ཀྱི་ཕི་རི་ཾ་ལ། (Freedom) ཞེས་པའམ། ཡིན་ཏེ་པེན་ཏེན་ས་  
(Independence) ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་པོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ་ཙམ་ཞིག་མིན་པར། ཞེས་འབྲི་  
དགོས་སོ། །འདི་ལྟར་བྲིས་ན་པོད་ཡིག་སྒྲོག་པ་ལ་པོད་ཡིག་གེས་པས་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ལས་ཐོག་སྤྱི་  
གོང་གསལ་བཞིན་བྲིས་ན་ནི་པོད་ཡིག་སྒྲོག་པ་ལ་པོད་ཡིག་གེས་པས་མི་ཆོག་ཅིང་དབྱིན་ཡིག་ཀྱང་ངེས་  
པར་གསལ་དགོས་པར་ཐལ་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་པོད་ཡིག་གི་དུས་གསུམ་འགྲོ་སྒྲུབ་ས་  
ཐད་སྐབས་མང་པོར་བདེ་སྤྱོད་ནང་བཤད་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་དེ་དག་བདེ་  
སྤྱོད་དང་མི་མཐུན་ནའང་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་ཀ་མེད་ཡིན་པ་གསལ་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱིར་བཏང་  
ཡི་གེ་སྒྲོག་པ་ལ་མཚོན་ན་དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ་ཡིན་པས་འདས་ལ་བས་འཕུལ་ཡང་འདུག་དང་། ད་  
ལྟ་བུ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད་ཅིང་། མ་འོངས་འཕུལ་ཡོད་ཡང་འདུག་དང་སྤྱི་ཆོག་འཕུལ་མེད་ཡང་འདུག་  
ཡོད་ཀྱང་། མཐུན་པ་ཆོས་དེ་དང་མི་མཐུན་པར་ཆོག་གོགས་ཀྱི་དབང་གིས་དུས་གསུམ་གང་ཡིན་  
ཐག་གཅོད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། འདས་པ་ལ་ངས་ཡི་གེ་སྒྲོག་པ་ཡིན། མ་འོངས་པར་ངས་ཡི་གེ་  
སྒྲོག་གི་ཡིན། ད་ལྟ་བར་ངས་ཡི་གེ་སྒྲོག་གི་ཡོད། ལྟ་བུ་བཤད་ཀྱི་ཡོད། འགའ་ཞིག་གིས་ངས་ཡི་  
གེ་སྒྲོག་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་མི་འགྲིགས་ཤིང་། འདིར་ངེས་པར་དུ་ངས་ཡི་གེ་བསྐྱགས་པ་ཡིན་ཞེས་  
བརྗོད་དགོས་པར་གསུང་གི་ཡོད། གུས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ན་ཕྱི་མ་དེ་བདེ་སྤྱོད་དང་མཐུན་པས་  
འགྲིགས་ཀྱང་སྤྱི་མ་དེ་བདེ་སྤྱོད་དང་མི་མཐུན་པས་མི་འགྲིགས་ཞེས་རང་ཉིད་བརྗོད་མི་སྤོབས། གང་

ལགས་ཤེན། འཇིག་རྟེན་པའི་ཉེར་སྤྱོད་དང་ཤིན་ཏུ་མཐུན་པས་ཁས་ལེན་མ་བྱེད་ན་མི་འགྲིག་ས་པར་  
 མེས་ས་སོ། །གཞན་ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཕ་གི་ཀོ་བ་རེད་བཟོད་རྒྱར་བརྟེན་སྤྱོད་དང་མཐུན་ཁུལ་གྱིས་  
 ཕ་ཡི་ཀོ་བ་རེད་ཅེས་བཟོད་སྤྱོད། ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ཕ་ཡི་ཀོ་བ་རེད་དང་ཕ་གི་ཀོ་བ་རེད་ཅེས་  
 གཉིས་ཀར་འཐད་ཀྱང་གདམ་ང་མིན། དང་པོའི་དོན་ནི་རང་ལས་ཐ་དད་པའི་ཡུལ་ཕ་རོལ་ཞིག་ན་  
 ཡོད་པ་དེ་ཀོ་བ་རེད་ཅེས་པའི་དོན་དང་། བྱེ་མའི་དོན་ནི་ཀོ་བ་དེའི་བདག་པོ་རང་གི་ཕ་ཤུན་ཡིན་པ་  
 བརྟེན་ཡོད། དེར་བརྟེན་གི་སྤྱི་མི་ལྟན་ཡིན་ཡང་འབྲེལ་སྤྱིའི་ཕྱད་ཡིན་མི་དགོས་པའི་དཔེར་བཟོད་  
 ཡིན། གཞན་ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཉི་ལ་ཉིན་དང་། ཉིན་ལ་ཉི་བྲིས་པ་དེ་ལྟར་སྤྱང་ན་དེ་ལ་ཡང་དོ་  
 སྤྱང་བྱེད་དགོས་པ་མཆིས་ཏེ། དཔེར་ན། ཉིན་གངས་མང་པོ་ལ་ཉི་གངས་མང་པོ་བྲིས་ན་མི་འཐད་  
 པ་དང་། དེ་ཞིན་ཉི་མ་ལྟ་ལ་ཉིན་མ་ལྟ་བྲིས་པ་ཡང་མི་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །

ན་ག་སངས་རྒྱས་བརྟེན་དར་ལགས་ནི། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་ཉམས་ཞིབ་དང་ཚོམ་འཁྱུར་སྡེ་ཚན་  
 ཀྱི་འགན་འཛིན་དང་། ལྷན་ཡིག་སློབ་དཔོན། བོད་ཀྱི་ཆོན་རིག་དུས་དབང་གི་ཚོམ་སྒྲིག་པ་བཅས་གནང་བ་ཞིན་ཡོད། །



## བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ།

དེབ་འདིའི་ནང་བཀོད་པའི་འཆད་ཐབས་སྐོར་ཚུལ་པར་མཛད་མཁན་ནི། བྱ་སྟོན་རིན་ཆེན་གྲུབ་ཅེས་མཚན་སྟན་གིན་ཏུ་ཆེ་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་བོད་ཀྱི་སའི་ཆ་གཙང་སྟོད་ཁྱིམ་ཕྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཤམ་སྒྲོན་སྒྲོམ་གནས་བྱ་བར་ཡབ་རྟེང་མའི་སྒྲ་ཆེན་བྲག་སྟོན་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་དང་། ཡུམ་བསོད་ནམས་འབུམ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ལྷགས་རྟག་(༡༣༧༠)ལོའི་བོད་ཟླ་ ༩ ཆེས་ ༡༤ ལ་སྐྱུ་བཞུགས། དགུང་ལོ་ལྔ་ཙམ་ནས་ཡུམ་གྱིས་ཡི་གེའི་སྦྱོར་སྒྲིག་དང་། དཔོན་རྒྱུ་མེད་གིས་ཚུས་དང་ཡི་གེ་བསྒྲབས། དགུང་ལོ་བདུན་པར་ཁྱིམ་ཕྱོགས་སོད་གོ་ལས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དགུང་ལོ་བརྒྱད་པར་རྟེང་མའི་སྒྲ་མ་ཚུལ་བེམས་དཔལ་བཟང་གི་སྦྱན་རྩ་ནས་གསང་སྒྲགས་རྟེང་མའི་ཆེས་སྐོར་ཡོངས་རྫོགས་གསན། གཞན་ཡང་གསེར་གྲི་དང་། བཟོ་རིག་གི་ཐིག་ཆ་དང་སོགས་ལ་འདུངས་བཙོན་མཛད། མེ་ལུག་(༡༣༠༥)ལོར་དགོ་ཚུལ་གྱི་སྒྲིམ་པ་བཞེས་གིང་། སྦྱོར་དཔོན་བསོད་ནམས་མགོན་ལས་ཕར་ཕྱིན་དང་འདུལ་བ། ཆོད་མའི་གཞུང་སོགས་གསན་ཏེ། ལོ་ངོ་གཉིས་ཙམ་རིང་ཉིན་མོ་ཞལ་ལག་དལ་སྟོད་ཀྱིས་བཞེས་ལོང་དང་། ན་བཟའ་རལ་བའང་འཆོམས་ལོང་མེད་ཐོག་མཚན་མོ་དཀར་མེའི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་གཟིགས་མཛད་པ་སོགས་བཙོན་པ་ཆེན་པོ་མཛད་པས་མཁས་པར་གྱུར།

དགུང་ལོ་ཉི་མ་གཅིག་ལ་ཕེབས་པ་ན་དབུས་གཙང་གི་ཆེས་སྡེ་ནམས་སུ་གྲུ་སྐོར་དམ་བཅའ་

མཛད་ཅིང་། དུས་དེར་གྲགས་ཆེ་བའི་དབུས་ཀྱི་མཁའ་པ་སྒྲུ་གཞིན་ནུ་དང་། ཁ་རག་བྱང་གཞིན་གཙང་གི་དཔལ་ལྷན་སེང་གེ་དང་། འཇམ་སྒྲུ་སོགས་ལུང་རིགས་བཅོན་པོས་མི་སྒྲུ་བའི་བརྟལ་ལྷགས་སུ་བཀོད་པས་པ་སྒྲོན་པ་ལ་བུ་སྒྲོན་པ་བྱུང་འདུག་ཅེས་མཁའ་གྲགས་གང་སར་བྱུང་། བུ་སྒྲོན་ཞེས་པའི་མཆོན་ཡང་དེ་ནས་ཐོགས། རྒྱ་བྱི་(༡༣༡༣)ལོར་བརྟལ་པར་རྫོགས་ཤིང་གྲོ་ཕུར་ཡར་ཕྱིན་དང་། འདུལ་བ། མངོན་པ་བཅས་ཀྱི་འཆད་ཉན་ལེགས་པར་མཛད། དེ་ནས་ཐར་པ་སྒྲིང་དུ་ཕེབས་ཏེ་ལོ་རྒྱུ་བཅོན་པོ་ཐར་ལོ་ཉི་མ་རྒྱལ་མཆོན་སྒྲོབ་དཔོན་དུ་བརྟལ་ནས་ལོ་བཞི་ཙམ་རིང་སྒྲུ་ཙན་པ་དང་། ཀ་ལཱ་པའི་མདོ་འགྲེལ། ལྷན་ངག་རྩེ་བ་སྒྲོར་སོགས་བཅོན་པ་ཆེན་པོས་གསན་སྒྲིང་མཛད་པས། གཞུང་ལུགས་དེ་དག་དང་། རྒྱ་གར་གར་ལུ་སོགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་མཁྲེན་ཏེ་འགན་ཁུ་བའི་ལོ་རྒྱུ་བཅོན་པོར་གྱུར། བཀའ་དང་བརྟལ་བཅོས་མང་པོ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བར་མཛད།

གསུང་ངག་རིན་པོ་ཆེའི་བྱང་ནས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབང་གོང་མ་ལྷན་ཏེ་འདག་སྒྱུར་གྱི་སྒྲུ་མཆོམས་ལ་བཞུགས་ཏེ་ཅེ་གཅིག་དུ་སྒྲོམ་པས་ཉམས་ཏོགས་བྱུང་པར་ཅན་འབྱུངས། གཞན་ཡང་སྒྲོར་བ་བྱུག་དང་རྒྱུད་ཕྱི་མ་སོགས་ཆོས་དུ་མ་གསན་ནས་ཉམས་སུ་བཞེས། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་གསན་སྒྲིང་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་མཛད་ཆེད་དཔོན་པོ་དེ་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྱང་ནས་དུས་འཁོར་གྱི་ཆ་ལག་མ་ཆང་བ་མེད་པ་གསན་པས། དུས་འཁོར་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁའ་པར་གྱུར་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་རྫོང་ས་འདིར་ཕྱིས་བྱོན་གྱི་མཁའ་པའི་ནང་ན། དུས་འཁོར་ལ་མཁའ་པ་བུ་དོལ་གཉིས་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྤྲུ་མ་ནི་མཁའ་དབང་འདིར་ཟེར་ཞིང་། ཕྱི་མ་ནི་དོལ་པོ་བ་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་(༡༣༧༣~༡༣༧༩)ལ་ཟེར་བ་རེད།

ལྷགས་སྒྲེལ་(༡༣༣༠)ལོར་ལྷ་ལུ་ཆོས་རྩེའི་གདན་ས་བཟུང་སྟེ། ལྷགས་དང་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བཤད་བྲལ་བཅུགས་ཤིང་མཁའ་པའི་བྲལ་བ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་ལོང་། ༡༦ བཞུགས། དེ་ནས་རྩོམ་རྩེས་བྱོན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གནས་ལྷ་ལུ་རི་ཕུག་དུ་བདེ་ཆེན་པོ་བྱང་ཞེས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་།



དགེ་འདུན་གྱི་ཨྲེ་བཙུགས། ལྷ་ར་ཐང་གི་བརྟན་འགྱུར་ལ་ཞུ་དག་མཛད་ཐོག་དཀར་ཆག་ཡིད་བཞིན་  
ནོར་བུ་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་ཕྱིང་བཞེས་པ་བསྐྱེགས་པས་ཕྱི་རབས་ལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ། རྩེ་འདིས་བྱ་ལྷགས་  
གྲུབ་མཐའི་སྲོལ་བཏོད་པས་དེའི་རྒྱུད་འཛིན་ནམས་ལ་ལྷ་ལུ་བའི་གྲུབ་མཐའམ་བྱ་ལྷགས་ཞེས་གྲགས།

མདོ་རྒྱགས་རིག་གནས་ཀྱི་བཤད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་མཛད་ཅིང་། གང་གི་འཆད་ཚུལ་ནི།  
རྒྱགས་མྱུར་ལ། ཚིག་གསལ་བ། དོན་ཟབ་པ། གཞན་གྱི་རྩིས་སྒྲིམ་པ། སྒྲིམ་སྒྲིལ་དང་འགལ་  
བའི་སྒྲིལ་མེད་པ། དཀའ་གནད་ཟབ་པ། གཞུང་ཆེན་པོ་ནམས་ཕྱག་དཔེ་གཟེགས་མ་དགོས་པར་  
ཐུགས་ནས་གསུངས་ཏེ་དོགས་གཅོད་ཞུས་དག་མཛད་པ་སོགས་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ཏེ་ལས་དགོས་པ་ཡོད་པས་  
སྒྲོབ་མ་ལ་ཡང་བོད་ཡུལ་སྔོན་སྔོན་ཀུན་ནས་དང་། རྒྱ་དཀར་ནག བལ་པོ། སོག་པོ་སོགས་ནས་  
མང་པོ་བྱུང་། རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་པུ་ནྲ་ལཱ་སོགས་ཀྱིས་དད་གསུང་དང་། རྒྱ་ནག་ནས་གོང་མས་  
ཤིང་སྤེལ་( ༡༩༤༤ )ལོར་གདན་ཞུ་ཕུལ་ཡང་འགོ་དོན་རྒྱུང་བར་གཟེགས་ཏེ་ཕེབས་པར་ཞལ་བཞེས་  
གནང་མེད།

རྒྱགས་ཡོས་( ༡༩༥༡ )ལོར་གཡའ་ཕག་གཉིས་ཟིང་འབྲུག་བྱང་བས་བར་འདུམ་གྱི་ཆེད་དབྱས་  
ལ་ཕེབས། དེའི་ཕྱི་ལོར་བྱང་ཆུབ་མཆོད་རྟེན་ཆེན་མོ་བཞེངས། རྒྱ་སྤུལ་ལོར་( ༡༩༥༩ )ས་སྐྱར་ལོ་ན་  
ཏེ་རྩ་ཁང་ཆེན་མོར་དཔལ་དེ་རྩེ་དབྱིངས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་བྱ་བཙུག་ཅིག་ཅན་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་  
པ་བཀོད་པ་ཤིན་ཏུ་མཛོས་པ་ཕུལ། བཀའ་འགྱུར་དང་བརྟན་འགྱུར་གསེར་བྲིས་ཀྱིས་མཆོན་རིས་མེད་  
མཁས་པའི་གསུང་རྟེན་མང་པོ་བཞེངས། དགྲུང་ལོ་རིམ་དུན་པར་སྤྲོ་ཆད་པ་རིན་ཆེན་ནམ་རྒྱལ་ལ་ལྷ་ལུའི་  
གདན་ས་གཏད་དེ། གང་ཉིད་རི་ཕུག་ཏུ་གཏན་བཞགས་མཛད། དགྲུང་ལོ་དོན་བཞི་པའི་མཇུག་ཅུམ་  
ནས་སྐྱུ་མཆོམས་བཅད་དེ། ཉན་མཆན་འཁོར་མོ་ཡུག་ཏུ་ཅོག་ཕུར་བཞགས་པ་ལས་དབྱ་སྤུལ་ལ་མེ་རིག་  
པར་ཟབ་ཆོས་ཉམས་བཞེས་གནང་ལུར་དགྲུང་གངས་དོན་རྩེ་ལ་ཕེབས་པ་རབ་བྱུང་བྱུག་པའི་ཤིང་འབྲུག་  
( ༡༩༥༤ )ལོའི་བོད་ཆོ་ ༦ ཆོས་ ༣༡ ལྷ་ལུ་རི་ཕུག་ཏུ་ཞི་བར་གཤེགས།



ལག་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་སྤངས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་ཅིང་། རིག་པའི་གནས་བརྒྱུ་ལ་མཁས་པའི་  
ཡང་ཕྱིར་སོན།

དགྲ་ལོང་གཅིག་པ་རབ་ཆོས་མེ་སྤྲེལ་ལོར་རྒྱལ་པོ་ལྷགས་ཀྱི་བརྟན་བཙུག་མཛད། དགྲ་  
ལོར་གཉིས་པ་ས་སྤྲེལ་ལོར་དུས་འཁོར་འགྲེལ་ཆེན་བརྟམས། དེའི་ཕྱི་ལོར་རྟན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་  
དབྱེས་པའི་རོལ་མཆོ་བརྟམས། སྤྱིར་བརྟམས་ཆོས་པོ་ཉི་བརྒྱ་ཕྱག་གསུམ་རྩལ་བཞུགས། སྤྱི་ཆོ་  
རྒྱལ་པོར་འཆད་ཅོད་ཚོམ་གསུམ་གྱི་བྱ་བས་བརྟན་འགྲོ་ལ་ཡན་པའི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱབས། བྱད་  
པར་དུ་བཟོ་དང་གསོ་བ། ཕྱིས་རིག་བཙས་ལ་མཛད་རྗེས་གིན་དུ་ཆེན་པོ་འཛོག་གནང་མཛད་པས།  
རིས་མེད་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱིས་བརྟོད་པུ་པ་དུ་གྱུར། དགྲ་ལོ་དུག་ཕུ་རེ་བདུན་པ་རྒྱ་བྱི་(ཕྱི་ལོ་  
༡༧༡༩)ལོར་འདྲེ་རི་ཁྲོད་དུ་སྤྱག་ཤེགས། ཁོང་གི་གསུང་ཚོམ་ཁོངས་ནས་མཁས་འདུག་དང་། རྒྱལ་  
པོ་ལྷགས་ཀྱི་བརྟན་བཙུག་སྤྲེལ་ས་མཐའི་རྣམ་གྲངས་མདོ་མཆོན་སོགས་དང་སྐབས་དེ་བ་གཟུགས་སུ་  
པར་སྤྱན་བྱས་ཡོད་པས། བོད་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ཀར་འཕྲིན་ལས་ཆེ་བར་ཡོད་པ་བཙས།

### ཨ་ལག་ཤ་ངག་དབང་བརྟན་དར།

དེབ་འདིའི་ནང་དབང་ས་པའི་ཚོམ་པའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ཞེས་པའི་ཚོམ་ཡིག་མཛད་པ་པོ་  
ནི། ཨ་ལག་ཤ་ངག་དབང་བརྟན་དེར་ཞེས་གསུམ་རྟན་ཆེ་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ནི་རབ་བྱུང་བརྒྱ་  
གསུམ་པའི་ས་ཡོས་(ཕྱི་ལོ་ ༡༧༥༧)ལོར་སོག་ཡུལ་ཨ་ལག་ཤ་ཞེས་པའི་ས་ཆར་སྤྱེ་འབྱངས། སྤྱི་  
ན་རྒྱུད་དུས་བྱིམ་ནས་བྱིམ་མེད་པར་རབ་བྱུང་ཐོག་བོད་གངས་ཅན་གྱི་དབུས་གྱུར་གདན་ས་འབྲས་  
སྤངས་སུ་ཕྱེབས་ནས་ཆོས་ཞུགས་གནང་། རྗེ་མེད་དོལ་རྒྱུ་ངག་དབང་རྫོབ་ཟུང་(༡༧༡༧~༡༧༧༥)དང་།  
དཀའ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་(༡༧༡༩~?)སོགས་སློབ་དཔོན་དུ་བརྟེན་ནས་བཀའ་ཆོས་ཟབ་མོ་  
དང་རིག་གནས་ཁག་ལ་སྤྱངས་པ་རྒྱ་ཆེར་མཛད།

དགྲ་ལོ་སྤུམ་ཅུ་ལྷག་ཅུ་ལ་ལྷ་ལྷན་སྤོན་ལམ་ཆེན་མོར་རབ་འབྱམས་པའི་གྲོ་སྒྲོར་མཛད་དེ་  
 ལྷ་རམས་པའི་མཆན་རྟགས་བཞེས། དགྲ་ལོ་སོ་གསུམ་དུ་ཕྱེབས་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ལྷགས་  
 ཡག་(ཕྱི་ལོ་༡༧༧༡)ལོར་འབྲས་སྤངས་སྒྲོ་མང་གྲ་ཆང་གི་མཁན་པོར་ཕེབས། དེ་ནས་རང་ཡུལ་ཨ་  
 ལག་འདི་གཡོན་དགོན་མི་ཡམ་ཆོས་སྒྲིང་དུ་ཕྱེབས་ནས་འགྲོ་དོན་མཛད་ཅིང་། དགྲ་ལོ་དགེ་ག་  
 ཉུ་ཕེབས་སྐབས་མདོ་སྨད་ཐང་བཀྲ་གིས་འབྲེལ་དུ་བྱོན་ཏེ་དོ་རམས་པ་ལྷ་ཞེས་བྱུང་ནས་ཁམས་སྡེ་  
 དགེ་དཔལ་སྤངས་ཀྱི་བྲིད་རྒྱན་ལྟར་སྟན་ངག་ལེའུ་གསུམ་པོ་རྩོགས་པར་གསན་ནས་ཚོམ་རྒྱགས་ཀྱང་  
 ལུལ། དེ་རྩིས་པེ་ཅིང་ཡུང་དགོན་དུ་ཕྱེབས་ནས་འགྲོ་དོན་མཛད།

མཁའ་པའི་དབང་པོ་འདི་ཉིད་སོག་ཡུལ་དུ་འཁྲུངས་ཀྱང་བོད་དུ་བྱོན་ནས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་  
 དང་། རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་བཅས་པར་ཐོས་བསམ་མཐེལ་ཕྱིན་པ་མཛད་དེ། འཆད་པ་དང་། ཚིན་  
 པ། ཚྱིམ་པ་བཅས་མཁའ་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གྱིས་འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་ཡོད་པས། རང་  
 ཅག་གངས་ཅན་པ་ཆོས་བཀའ་འདྲིན་རྩིས་དྲན་ཞུ་འོས་པ་ཡིན། ཁོང་གི་གསུང་ཚོམ་ནི། ལམ་གྱི་གཙོ་  
 བོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་འབྲེལ་པ་དང་། སྟན་ངག་གི་དཔེར་བཤེས། སུམ་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ། ཡིག་འི་  
 བཤད་པ་མཁའ་པའི་ཁ་རྒྱན། བོད་ཀྱི་བཅུ་གསུམ་རྩིང་གི་བྱུང་པར། དག་ཡིག་གཅེས་བསྐྱུས་སོགས་  
 ཆོས་ཆན་སྤུམ་ཅུ་སོ་བདུན་མཛད་ཡོད་པ་རྣམས་པོ་ཉི་གཉིས་སུ་བསྐྱུས་ཏེ་མདོ་སྨད་སྐྱེ་འབྱམས་དགོན་  
 དུ་གིང་པར་ལ་བཀོས་ཡོད། མཁའ་དབང་འདིའི་གཤེགས་ལོ་ངེས་གཏན་ཞུ་ཐབས་མ་བྱུང་ཡང་།  
 གང་གིས་མཛད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པའི་དོན་གྲེལ་རིན་ཆེན་ཕྱང་བཞེས་པའི་མཛད་ཀྱང་དུ། རང་  
 ལོ་དོན་གསུམ་པ་རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་ལྷགས་མོ་ཡོས་ལོ་དོར་ལྷ་གཉིས་པའི་ཡར་པོའི་ཆོས་གསུམ་  
 ལ་སྐྱུར་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་གཞིགས་ན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༡ བར་བཞུགས་པ་ངེས་གིང་། དེ་ནས་  
 ཡུན་རིང་མ་སོང་བར་འདས་ཞེས་གྲགས་སོ། །



©2002 Department of Education

Issue 1

ཤེས་རིག

**SHERIG** Journal

Published by : Department of Education (CTA)  
Gangchen Kyishong  
Dharamsala - 176 215  
H.P. India